



**FACULDADE DE CIÊNCIAS DA NUTRIÇÃO E ALIMENTAÇÃO**  
**UNIVERSIDADE DO PORTO**

# **Influência da Crise Económica nas Escolhas Alimentares nos Trabalhadores na Universidade do Porto**

**Ana Carla D. R. Santana Silva**

**Porto, 2015**

**Influência da Crise Económica nas Escolhas Alimentares nos Trabalhadores  
na Universidade do Porto**

**Effects of the Economic Crisis on purchasing habits and Food consumption  
at the University of Porto**

Ana Carla Domingues Rodrigues Santana Silva

Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

Orientadora: Professora Doutora Ada Rocha, Faculdade de Ciências da Nutrição e  
Alimentação da Universidade do Porto

Coorientadora: Professora Doutora Margarida Liz, Faculdade de Ciências da  
Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto

Dissertação de candidatura ao grau de Mestre em Alimentação Coletiva  
apresentada à Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade  
do Porto

2015

## **Dedicatória**

Dedico este trabalho à minha família:

A minha mãe, minha melhor amiga, conselheira, que me motiva e apoia incondicionalmente em todos os momentos de minha vida.

Aos meus irmãos que torcem sempre por mim e me estimulam cada dia a seguir em frente.

Ao meu pai adotivo que proporciona um ambiente de paz em qualquer espaço que se encontra oferecendo sempre uma atmosfera sadia e de grande conforto.

Aos meus sobrinhos que fazem meus olhos brilharem proporcionando em mim um incentivo de continuidade.

A Deus por estar sempre comigo me dando forças para seguir minha jornada nesta caminhada que é a vida.

## **Agradecimentos**

Para conseguir realizar este trabalho, contei com a disponibilidade, apoio e colaboração da minha orientadora Professora Doutora Ada Rocha pela sua simpatia, pelas críticas e conselhos, mas, sobretudo pelo estímulo e ajuda na concretização deste projeto.

Agradeço também a minha coorientadora Professora Doutora Margarida Liz, pela paciência, dedicação e cuidado ao mostrar o caminho a seguir.

Ao Engenheiro Rui Chilro pelo contributo e pela disponibilidade que sempre revelou para comigo.

Muito obrigada pela colaboração da Professora Doutora Sara Rodrigues e da Dra. Barbara Pereira neste projeto.

À minha amiga Ana Monteiro e a minha prima Margarida Rodrigues pela ajuda e apoio.

Ao Joel Couto por ter aparecido na minha vida no momento em que mais precisava de ânimo e compreensão.

A todas as pessoas que direta ou indiretamente contribuíram para realização deste trabalho, reitero o meu apreço e a minha eterna gratidão.

## Resumo

**Introdução:** Face às mudanças sociais ocorridas nos últimos anos resultantes da crise económica, pouco ainda se conhece sobre os efeitos nas escolhas alimentares dos portugueses.

**Objetivo:** Identificar o tipo de alterações nos hábitos de aquisição e consumo de alimentos e refeições dos trabalhadores da UP para contornar a crise e o impacto na qualidade da alimentação.

**Metodologia:** Foi desenvolvido um questionário *on-line*, intitulado “Influência da crise económica nas escolhas alimentares nos trabalhadores na Universidade do Porto”, Os dados foram recolhidos através do *software* “*LimeSurvey*”. Este questionário foi disponibilizado via *email* a todos os funcionários, docentes e não docentes. O questionário aplicado é composto por 22 questões divididas em três partes. Sendo a primeira parte constituída por questões sociodemográficas, na segunda parte pretendeu-se avaliar os hábitos alimentares e a última parte refere-se aos hábitos de consumo e locais de aquisição de géneros alimentícios e refeições.

**Resultados e Discussão:** A recolha de dados foi efetuada entre 09/10/2014 e 10/02/2015. No presente estudo os resultados mais relevantes foram alterações dos hábitos alimentares devido a questões financeiras. Estas mudanças foram sentidas principalmente na alteração do local do consumo de refeições, ocorrendo uma diminuição do consumo do pequeno-almoço fora de casa assim como, almoços e jantares em restaurantes, havendo uma maior adesão ao hábito de levar a marmita para o local de trabalho. Ocorreu também uma diminuição no consumo de carnes vermelhas, em contrapartida aumentou a frequência de consumo de leguminosas. Também foi referido um aumento da frequência no consumo de sopa

e uma diminuição no consumo de refrigerantes, bem como produtos açucarados (bolos, chocolates, compotas...) e produtos salgados (rissóis, croquetes, pasteis de bacalhau...). Em alguns produtos como água, ovos e bolachas tipo “Maria” e água e sal ocorreu uma mudança de marca/mudança de fornecedor, tendo sido preferidas as marcas mais baratas ou marcas brancas.

A maioria dos inquiridos, refere basear a escolha de produtos adquiridos nas promoções, mas a maioria reconhece não ter havido alteração com a crise, o mesmo se verifica na aquisição de produtos de marca branca.

**Conclusão:** Os valores encontrados mostram que ocorreram algumas mudanças nos hábitos alimentares nesta amostra da população e que esta mudança parece ser no sentido de trazer benefícios para saúde, nomeadamente uma diminuição do consumo de refrigerantes, produtos açucarados, salgados e carnes vermelhas. O fato de ter havido um aumento do número de pessoas que levam marmita para o local de trabalho, mostra que houve uma diminuição dos gastos com alimentação fora de casa (restaurantes e cafés), confirmando que a principal causa das alterações dos hábitos alimentares desta amostra, foram as questões económicas.

**Palavras-Chave:** Crise económica; crise financeira; escolhas alimentares; trabalhadores Universidade do Porto.

## ***Abstract***

**Introduction:** Facing the social changes that occurred in the last years, which are a result of the economic crisis, too little is known about its effects on the Portuguese food choices.

**Purpose:** Identify the changes on the purchasing behavior and food consumption of the University of Porto staff in order to circumvent the crisis and its impact on food habits.

**Approach:** An on-line survey was developed under the name “The influence of the economic crisis on the food choices at the University of Porto staff”. The data was collected through the “Limesurvey” software. This survey was sent by email to the whole staff, teachers and school staff. The available survey comprises twenty-two questions, divided in three parts. The first part is comprised to socio-demographic questions; in the second part the aim was to assess food habits and the final part refers to the food and meals consumption and purchasing places.

**Results and discussion:** The data collection was carried out from 9<sup>th</sup> October 2014 to 10<sup>th</sup> February 2015. In the current study the most relevant data was the changes on food habits due to the financial issues. These changes were felt mainly in the meals consumption places, it occurred a decrease of the consumption of breakfast out of home, as well as lunch and dinner in restaurants, leading to an increase of the habit of taking lunchboxes to the working place. It also occurred a decrease of the red meat consumption; in contrast there was an increase of the legumes consumption frequency. It was also seen an increase of soup consumption and a decrease of soft drinks, as well as on sweetened products (cakes, chocolates, jams...) and salty products (rissoles, croquettes, codfish pasty...). In some products including water, eggs and cookies like “Maria” and cream crackers occurred a

change of the brand as well as a change of the supplier, the respondents choose cheaper or own-label brands.

The majority of the respondents, refers that the choice of the purchased products is based on promotions, however the majority recognizes that this was not related to the crisis, the same is applied to the own-label brands purchasing.

**Conclusion:** The collected data show that there was a change in namely food habits of up staff and this change can bring some health benefits, namely decrease of soft drinks, sweetened products, salty products and red meat consumption. The fact that there was an increase of the number of people who take lunchboxes into the working place shows that there was a decrease of the amount of money spent in food outside the house (restaurants and cafés), showing that the main cause of food habits changes was due to economic issues.

**Keywords:** Economic crises; financial crisis; food choices; University workers.



## Índice

Dedicatória .....	iii
Agradecimentos .....	iv
Resumo .....	v
Lista de Abreviaturas.....	x
Lista de Figuras.....	xii
Lista de Tabelas .....	xiii
Introdução .....	1
Objetivos .....	28
Material e Métodos.....	29
Resultados .....	32
Discussão.....	51
Conclusões.....	60
Referências Bibliográficas.....	61
Anexos .....	68
Anexo A.....	69

## Lista de Abreviaturas

APD – Associação Portuguesa de Dietistas.

BAP – Balança Alimentar Portuguesa.

BCs – Bancos Centrais.

CDS – *Credit Default Swaps*.

CUT – Custo Unitário do Trabalho.

DGS – Direção Geral de Saúde.

EUA – Estados Unidos da América.

FAO – *Food and Agriculture Organization*.

FEUP – Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto.

FMCG – *Fast-moving consumer goods*.

IDEF – Inquérito às Despesas das Famílias.

INE – Instituto Nacional de Estatística.

MDD – Marca de Distribuição.

PIB – Produto Interno Bruto.

PIGS – Portugal, Itália, Grécia e Espanha.

SPSS – *Statistical Package for Social Sciences*.

UE – União Europeia.

UNICEF – *United Nations International Children's Emergency Fund*.

UP – Universidade do Porto.

## Lista de Figuras

Figura 1: Desequilíbrios da disponibilidade alimentar em Portugal entre 2005 – 2008. ....	14
Figura 2: Variação da disponibilidade alimentar em Portugal entre 2005 – 2008..	15
Figura 3: Disponibilidade de cereais .....	18
Figura 4: Disponibilidade de cereais, raízes e tubérculos .....	19
Figura 5: A confiança do consumidor na Europa no quarto trimestre de 2014.....	25
Figura 6: Motivo de alterações nos hábitos alimentares no último ano. ....	35
Figura 7 – Tipo de alteração nos hábitos alimentares com a crise.....	36
Figura 8 – Frequência do consumo de pão broa.....	39
Figura 9 – Frequência do consumo de carnes vermelhas.....	40
Figura 10 – Alteração com a crise (consumo de carnes vermelhas).....	40
Figura 11 – Frequência do consumo de leguminosas .....	41
Figura 12 – Alteração com a crise (consumo de leguminosas) .....	42
Figura 13 – Frequência do consumo de sopa de hortícolas.....	42
Figura 14 – Alteração com a crise (consumo de sopa hortícolas).....	42
Figura 15 – Frequência do consumo de sumo natural .....	43
Figura 16 – Frequência do consumo de bebidas brancas.....	44
Figura 17 – Frequência no consumo de produtos açucarados.....	44
Figura 18 – Alteração com a crise (consumo de produtos açucarados).....	44
Figura 19 – Frequência no consumo de <i>snacks</i> salgados. ....	45
Figura 20 – Frequência de aquisição de produtos com base em promoções. ....	46
Figura 21 – Alteração com a crise (aquisição de produtos, promoções).....	46
Figura 22 – Frequência de aquisição de produtos de marca branca.....	47

Figura 23: Frequência de inutilização das sobras das refeições .....	48
Figura 24: Reaproveitamento das sobras para consumir noutras refeições.....	48
Figura 25: Frequência de utilização das sobras das refeições para confeção de um novo prato.....	49
Figura 26: Aquisição de géneros alimentícios com base numa previsão de consumo .....	50
Figura 27: Alteração com a crise (aquisição de produtos, previsão de consumo).	50

## **Lista de Tabelas**

Tabela 1 – Distribuição dos inquiridos de acordo com Estado Civil. ....	32
Tabela 2 – Distribuição dos inquiridos por Unidade Orgânica.....	33
Tabela 3 – Distribuição dos inquiridos de acordo com o Rendimento Mensal Bruto. .....	34



## **Introdução**

A crise bancária teve início em 2007 e tornou-se global em 2008, representando uma reviravolta na história do capitalismo. Além de ser a crise económica mais severa enfrentada pelas economias capitalistas desde 1929, é também uma crise social que, segundo previsões da Organização Internacional do Trabalho, elevou o número de desempregados de cerca de 20 para 50 milhões no fim de 2009 (Bresser-Pereira, 2010).

Nos dias que correm, nunca foi tão clara a presença de uma economia política de austeridade. As medidas adotadas promoveram deliberadamente a desvalorização dos recursos do país, implementaram uma política orçamental recessiva e, estabeleceram uma base para uma nova definição que determinou uma modificação dos diferentes grupos sociais na repartição do rendimento nacional, com a correspondente alteração das relações sociais até então dominantes. Os alvos são o trabalho e as remunerações salariais diretas e indiretas, ou seja, as que estão associadas aos serviços públicos que capacitam e às regras laborais e prestações sociais que protegem quem trabalha ou trabalhou (Reis, 2013).

Atualmente na Europa, o contexto de crise económica e financeira tem conduzido a alguns desenvolvimentos políticos que põem em causa as condições de vida das populações, especialmente das que se encontram em situação de maior vulnerabilidade económica. Alguns países, pressionados pelos elevados níveis de dívida externa e respetivos credores, têm vindo a implementar um conjunto de políticas de austeridade que comprometem a efetividade do Estado Social na satisfação das necessidades de certos grupos populacionais mais vulneráveis e dos direitos fundamentais dos cidadãos, nomeadamente à alimentação e à saúde. De acordo com um relatório publicado pela União Europeia, em Portugal (Comissão

Europeia, 2012) a imposição da austeridade levou a que os grupos com baixo poder económico tenham sofrido uma maior redução no rendimento disponível do agregado por comparação aos que detêm maior poder económico. Assiste-se, assim, ao aumento do desemprego, ao aumento da pobreza e à emergência de uma nova categoria – os “novos pobres” –, bem como ao surgimento de casos de dependência económica num contexto em que 14,7 % das crianças e jovens até aos 17 anos vivem em condições de pobreza relativa e 27,4 % experimentam situações de privação de bens essenciais ao seu desenvolvimento (UNICEF, 2012). A nível internacional, a crise iniciou-se em 2008 com a falência do tradicional banco norte-americano de investimentos *Lehman Brothers*, fundado em 1850.

Com isso, propagou-se uma onda de recessões pelo mundo, afetando os dois lados do Atlântico. A União Europeia (UE) sentiu profundamente seus efeitos.

Segundo o Eurostat, a taxa de crescimento real do Produto Interno Bruto (PIB) caiu fortemente entre 2008-2009, passando de 0,5% em 2008 para um percentual negativo de 4,4% em 2009. Essa quebra atingiu a maioria dos países comunitários, incluindo aqueles cujo crescimento económico é habitualmente mais forte. Em 2010, porém, o valor médio do PIB recuperou, atingindo 2,1% (Base de dados de Portugal Contemporâneo; Portada). Uma das consequências da recessão foi o aumento da taxa de desemprego. Esta, que tinha atingido um valor mínimo de 7% para o conjunto dos países da União em 2008, aumentou para 8,9% em 2009 e 9,6% em 2010. Nesta conjuntura, sabe-se que o volume dos fluxos imigratórios se reduziu em 6% no ano de 2008 e o fluxo emigratório cresceu 13%, de acordo com o boletim do Eurostat divulgado em 2011. Segundo dados recentes (28.11.2014), a taxa de desemprego em Portugal voltou a aumentar em outubro para 13,4%,



depois de sete meses consecutivos de queda, apesar da descida em termos homólogos ter sido, segundo o Eurostat, a segunda maior da União Europeia.

As políticas agrícolas são sacrificadas em nome da concorrência definida pela economia global por um único parâmetro reconhecível, o preço mais baixo independentemente da forma como é alcançado. As políticas industriais, pura e simplesmente, desaparecem também no quadro da concorrência à escala global, que, aliado à dinamização das deslocalizações produtivas, é a garantia do lucro máximo e do custo mínimo, fazendo crer que, dessa forma, se garante igualmente o ótimo coletivo a nível mundial.

Segundo o primeiro-ministro Passos Coelho “o dia 17 de maio de 2014 ficará na história com um dia de homenagem a todos os portugueses, o dia em que termina o programa de assistência financeira, é o dia em que Portugal vai recuperar a sua total soberania”.

Conforme referiu o coordenador de economia do jornal Semanário Sol, “O programa de assistência financeira da *troika* acabou com um país diferente. O défice externo foi eliminado, as contas públicas melhoraram e a capacidade de financiamento está restaurada. Ficam um milhão de desempregados e a carga fiscal mais elevada de que há registo. Saíram 300 mil portugueses do país, o equivalente a 3% da população” (Madeira, 2014).

Segundo o Instituto Nacional de Estatística (INE), “Depois da taxa de pobreza aumentar em 2012 para 18,7% da população, a taxa de risco de pobreza voltou a agravar-se em 2013, passando para 19,5%. E se no início da crise já havia sinais de que as desigualdades e a exclusão estavam a aumentar, hoje, é inequívoco que se inverteu o ciclo de redução da pobreza” (Rodrigues, 2015).

Como num período de crise os rendimentos tendem a baixar e, com isso, a linha de pobreza também, “as pessoas que antes eram pobres, agora, por via da quebra da linha de pobreza, “deixam de ser”, embora as suas condições não tenham melhorado ou até possam ter piorado” (Rodrigues, 2015).

### **Crise**

A palavra crise segundo Ferreira (2004) significa uma “manifestação repentina de rutura do equilíbrio. Fase difícil, grave, na evolução das coisas, dos acontecimentos, das ideias. Manifestação violenta de um sentimento. Período de instabilidade financeira, política ou social”. A crise pode ocorrer no âmbito pessoal, social ou financeiro. No âmbito financeiro, a palavra crise significa “uma aguda, breve, ultracíclica deterioração de todos ou da maioria dos indicadores financeiros – taxas de juros de curto prazo, preços de ativos (ações, imóveis, terras), insolvência comercial ou falência de instituições financeiras.”

Ao longo da história da humanidade, o mundo foi algumas vezes surpreendido com crises que alcançaram grandes proporções no âmbito económico, sendo, de extrema relevância conhecer as principais crises e quais os impactos que produzem na sociedade, e sua relação com o crescimento e desenvolvimento social e financeiro de um país (Goldsmith, 1969 & Gonçalves, 2009).

A crise torna se mundial quando ultrapassa os limites de um determinado país, como a crise de 2008, que teve início nos Estados Unidos e alcançou diversos países, interferindo diretamente nos mercados financeiros, nas vendas, e outros setores da economia.

Segundo a *Food and Agriculture Organization* (FAO), com a queda da renda dos pobres devido à crise e a manutenção dos preços internacionais de produtos

alimentares em níveis elevados, o número de pessoas desnutridas no mundo aumentou em 11% em 2009 e, pela primeira vez, superou um bilhão.

### **Origem da crise**

Segundo a Comissão Europeia, na sua publicação "Assuntos Económicos e Financeiros", a crise da dívida na Europa foi iniciada devido a acontecimentos que ocorreram no setor bancário nos EUA (Comissão Europeia, 2014).

O abrandamento da economia dos EUA fez com que os proprietários americanos não conseguissem pagar os seus empréstimos hipotecários, fazendo com que bancos de todo o mundo com investimentos ligados a essas hipotecas comesçassem a perder dinheiro.

O quarto maior banco de investimento americano, o *Lehman Brothers*, entrou em colapso devido aos maus investimentos, instigando uma desconfiança em outros bancos e investidores com quem tinha negócios.

Os bancos e investidores preocupados com a falência de mais bancos tomaram precauções extremas, uma destas foi deixar de emprestar dinheiro entre si, deixando numa situação extremamente complicada os bancos que dependiam destes empréstimos.

Os bancos europeus foram gravemente atingidos por terem investido quantias avultadas no mercado americano do crédito hipotecário. Em muitos países da EU, como por exemplo na Alemanha, França, Reino Unido, Irlanda, Dinamarca e Países Baixos ou a Bélgica, os governos socorreram alguns bancos, na tentativa de evitar situações de falência, estes custos foram bastante elevados para alguns países.

No caso da Irlanda, outros países da EU disponibilizaram assistência financeira devido ao país encontra-se quase em falência.

Em 2009, um acontecimento que tinha iniciado no setor bancário começou a espalhar-se por mais Estados, fazendo com que a Europa entrasse calmamente numa fase de recessão, causando preocupações nos mercados com a eventualidade de alguns países não conseguirem recuperar os seus bancos.

As finanças nacionais passaram a ser investigadas mais de perto pelos investidores.

Devido a uma situação económica bastante complicada e de uma contínua acumulação de dívidas equivalentes quase ao dobro do valor da sua economia, a Grécia foi objeto de fiscalização especial.

Era de extrema importância que as finanças públicas se tornassem sólidas e que a falência de bancos fosse evitada.

Os governos tinham acumulado uma dívida exorbitante devido ao hábito de contrair grandes empréstimos para financiar seus orçamentos anuais e os mercados estavam menos recetivos a emprestar-lhes dinheiro.

O que tinha iniciado como uma crise bancária alterou-se numa crise da dívida soberana.

### **A propagação da crise**

O setor bancário necessitava de um elevado custo das operações de resgate, o que provocou dúvidas no mercado financeiro, e levou o Estado a pensar se poderia realmente apoiar este setor.

Alguns governos da zona euro ao longo dos anos tinham recorrido frequentemente ao crédito, para financiar os seus elevados orçamentos, acumulando dívidas astronómicas.

O fato da economia de alguns países estar a perder competitividade contribuiu para que recorressem frequentemente ao crédito, isto aconteceu pelo fato de não conseguirem acompanhar as reformas económicas realizadas noutros países.

Surgiram as bolhas imobiliárias e outros desequilíbrios económicos prejudiciais. A partir do momento que a EU decidiu partilhar uma moeda única não se preocupou em coordenar as suas políticas económicas, apesar de alguns governos ignorarem as regras que garantiam o bom funcionamento do euro (Comissão Europeia, 2014). Com a instabilidade financeira o crescimento económico parou, o que levou a uma diminuição das receitas fiscais e um aumento da dívida pública. Os juros dos empréstimos subiram reforçando a instabilidade financeira. As dúvidas começaram a surgir quanto à adequação do quadro institucional da União Económica e Monetária e do euro em tempos de crise.

### **As diferentes crises financeiras**

Entender as crises políticas e sociais que o capitalismo viveu é fundamental para entender os marcos e caracterizações do sistema.

Podemos apontar três períodos marcantes na história do século passado.

Primeiro, a era da guerra, como denomina Eric Hobsbawm, em seu período de entre guerras, a crise de 1929, comumente conhecida como a Grande Depressão. Nesse momento de crise entre as duas grandes guerras mundiais, ocorreu um abalo na lógica capitalista pela superprodução que resulta na depressão dos anos 1920 e 1930. A Segunda Guerra Mundial viria a “solucionar” os problemas desse momento (Carvalho, 2011).

No fim da Primeira Guerra Mundial, os países europeus estavam devastados e economicamente enfraquecidos numa retração de consumo evidente. Os Estados

Unidos em contrapartida, beneficiado com a guerra – como também durante a Segunda Guerra Mundial – aproveitaram o momento lucrando com exportações e tornando-se o maior credor mundial, superando a posição que a Inglaterra ocupava durante tantos anos.

[...] as guerras foram visivelmente boas para os EUA. Sua taxa de crescimento nas duas guerras foi extraordinária, houve um aumento aproximadamente de 10% ao ano. Em ambas os EUA se beneficiaram do fato de estarem distantes e serem o principal arsenal de seus aliados, e da capacidade de sua economia de organizar a expansão da produção de modo mais eficiente que qualquer outro (Hobsbawm, 1995).

Em seguida, na conflagração da conhecida crise do petróleo, que é considerado um marco nesse contexto, ocorreu uma reformulação do sistema com base na fase de “acumulação flexível” diante de uma era de crise. O próprio petróleo, símbolo deste período de crise, esteve envolvido em diversas guerras.

Como aponta Alexandre Versignassi (2009), as crises terminam e recomeçam – o que acontece hoje é comum na história – pois a economia vive de ciclos, como as estações de ano. O século passado foi pautado pelas diversas crises do capitalismo, onde se pautam os problemas da lógica capitalista de crescimento permanente. Contudo, percebemos novas formas de rearticulação das políticas econômicas e o progresso tecnológico dá suporte para novas fronteiras.

### **Situação em Portugal**

De acordo com o retrato de Portugal por Filipe Luís (2014)

*Portugal podia viver o seu sonho. Ou despertar do pesadelo... “imagine-se num país europeu atrasado e pobre, onde é considerado normal crianças e*

*adultos andarem descalços. Onde a mortalidade infantil é dez vezes superior à média europeia e a taxa de analfabetismo de 30%; onde o pequeno-almoço de muitas crianças, especialmente nas zonas rurais, inclui uma dieta à base de vinho. Um país onde ninguém viaja, não tem acesso a produtos de consumo variados. Um país sem liberdade de expressão, ou de associação, sem possibilidade de se manifestar nem direito à greve (Filipe Luís, 2014).*

Trinca ou quarenta anos mais tarde (antes da crise financeira de 2008), Portugal passou a ser um país cruzado por autoestradas, com serviços de saúde funcional, uma imprensa livre e uma opinião pública emergente. Com um parque automóvel moderno, esgotos e água canalizada em praticamente 100% do país, dois telemóveis por habitante e com os populosos bairros de barracas praticamente eliminados, um país cheio de desequilíbrios entre um interior praticamente deserto e um litoral abundantemente povoado. Com uma escolaridade obrigatória, e com uma esperança de vida próximos da média europeia. Com os aviões cheios em viagens de férias para os melhores destinos de praia ou neve. Um país que consome, almoça fora, diverte-se à noite e com os parques de estacionamento das universidades cheios de carros. Com uma das mais baixas taxas de criminalidade do continente europeu. Um país com excelente clima e gastronomia, procurado por milhões de turistas e segunda pátria de novas gerações de imigrantes” (Filipe Luís, 2014).

E, como muitos países em fase de transição, Portugal foi seduzido pelo endividamento. A facilidade com que conseguia financiar défices contribuiu para que Portugal mantivesse uma estrutura de gastos incompatível com seu contexto económico criando um círculo vicioso, ao apresentar baixo crescimento e alta necessidade de financiamento externo, além do agravamento da crise internacional

de 2008/2009, que encontrou Portugal numa situação vulnerável (Nunan & Peixoto, 2012).

O risco de incumprimento da dívida soberana, medido por *Credit Default Swaps* (CDS) de Portugal, Itália, Grécia e Espanha (PIGS), diminuiu consideravelmente, chegando o de Portugal a descer para a metade. Aliás, esse movimento com menos intensidade deu-se nos riscos de incumprimento das dívidas de todos os países da União Europeia, mesmo no caso de França e Alemanha (Bespoke Investment Group, 2010).

Do mesmo modo, exigiu-se que Portugal e Espanha adotassem planos de austeridade que permitissem reduzir mais rapidamente os seus défices públicos. Como, para além disso, não se tomaram medidas estruturantes, de modo a evitar novos ataques especulativos às dívidas soberanas europeias, não se conseguiu estabilizar a avaliação dos riscos de incumprimento. Os planos de austeridade estenderam-se, então, a vários países da União Europeia.

### **Efeitos da crise no comportamento dos portugueses**

A gravidade da situação económica e social decorrente da crise financeira desencadeou a realização de diversos estudos para avaliar a sua dimensão e impacto na vida dos portugueses.

Assim, num momento em que muito se fala, discute e debate sobre questões de largo espectro, dificilmente apreensíveis pelo cidadão comum, é necessário identificar comportamentos e avaliar os sentimentos (SEDES, 2012).

É importante conhecer os diferentes estudos que demonstram a mudança e readaptação dos portugueses à atual situação económica.



## **Desemprego, pensões, segurança social e moeda única**

Segundo um inquérito divulgado pela *Eurobarómetro* (2013) os portugueses elegem o combate ao desemprego como prioridade no combate à crise.

Neste Estudo foram questionadas 1.016 pessoas, entre 07 e 23 de Junho de 2013 e foi realizado a pedido do Parlamento Europeu no âmbito das eleições europeias de Maio 2014.

A maioria dos portugueses (85%) considera que o combate ao desemprego é a principal área de combate à crise, acima dos 74% da média da União Europeia (UE). Em segundo lugar vêm as pensões, com 43% de respostas entre os inquiridos portugueses (UE 31%).

A sondagem sobre as reações à crise revela ainda que a maioria dos inquiridos (73%) considera que o orçamento da UE deveria ser aplicado na Segurança Social e emprego (UE 50%), seguindo-se o crescimento económico, com 58% de respondentes (UE 48%) e, para 54% dos portugueses, a saúde pública (UE 41%). Em relação ao papel da moeda única, 55% dos portugueses discordam que esta tenha contribuído para amenizar os efeitos da crise (UE 51%).

## **Desemprego, maior preocupação dos portugueses**

De acordo com outro estudo realizado pela *Eurobarómetro* em tempos de crise económica financeira, sobre o desemprego e a dificuldade em arranjar um novo trabalho, mostra que os portugueses são dos europeus mais preocupados e pessimistas relativamente à evolução do desemprego, com três quartos a estimarem que o pior ainda está para vir, (Comissão Europeia, 2013 & *Eurobarómetro*, 2013).

De acordo com o “Eurobarómetro da Primavera”, realizado em maio de 2013, em Portugal foram inquiridas 1.004 pessoas, 72% dos portugueses inquiridos apontam o desemprego como o principal problema que o país enfrenta - valor apenas superado por Espanha (79%) e ao nível do Chipre.

Questionados sobre o impacto da crise económica no mercado de trabalho, três quartos (75%) discordam que este já atingiu seu pico, considerado que “o pior ainda está para vir”, o segundo valor mais elevado entre os 28 Estados-membros, apenas atrás do Chipre (83%).

O pessimismo dos portugueses alarga-se à sua visão sobre o futuro da União Europeia, com uma maioria, de 67%, a afirmarem-se pessimistas, o terceiro valor mais alto – apenas atrás de Grécia e Chipre, ambos com 69%, e muito acima da média europeia (46% de pessimistas, contra 49% de otimistas).

Sobre a atual situação económica nos respetivos países, os cidadãos portugueses também são dos mais dececionados, com 96% a considerarem-na “má” – valor apenas superado por Espanha (99%), Grécia e Chipre (98%), acima da média da UE, de 72% -, e somente 4% a classificarem-na como “boa”.

Os portugueses são também os que acham que a sua voz pouco conta na União Europeia: 81% acham que não conta (valor, mais uma vez, apenas superado em Chipre e Grécia, ambos com 89%), e somente 16% acreditam que sim (contra 28% da média comunitária).

Nos extremos opostos das listas, suecos e alemães são os mais satisfeitos com a situação económica a nível nacional (80% e 77%, respetivamente), enquanto os dinamarqueses são os mais otimistas quer relativamente à evolução do desemprego (60% consideram que o pior já passou), quer sobre o futuro da UE

(72% declaram o seu otimismo), e ainda os que mais acreditam que a sua voz conta na União (56%).

### **Impacto da crise no consumo alimentar**

Segundo o Instituto Nacional de Estatística (INE, 2010), divulgou a balança alimentar portuguesa como instrumento estatístico para o conhecimento da situação alimentar e nutricional do país, concluindo que a dieta portuguesa está longe das "boas práticas nutricionais", afastando-se progressivamente dos princípios básicos, como a variedade, o equilíbrio e a moderação.

A alimentação em Portugal caracterizou-se, entre 2003 e 2008, pelo "excesso de calorias e gorduras saturadas, disponibilidades deficitárias de frutos, hortícolas e leguminosas secas e recurso excessivo aos grupos alimentares “carne, pescado e ovos” e “óleos e gorduras” (figuras 1 e 2), revela o INE (Balança Alimentar Portuguesa 2003 – 2008).

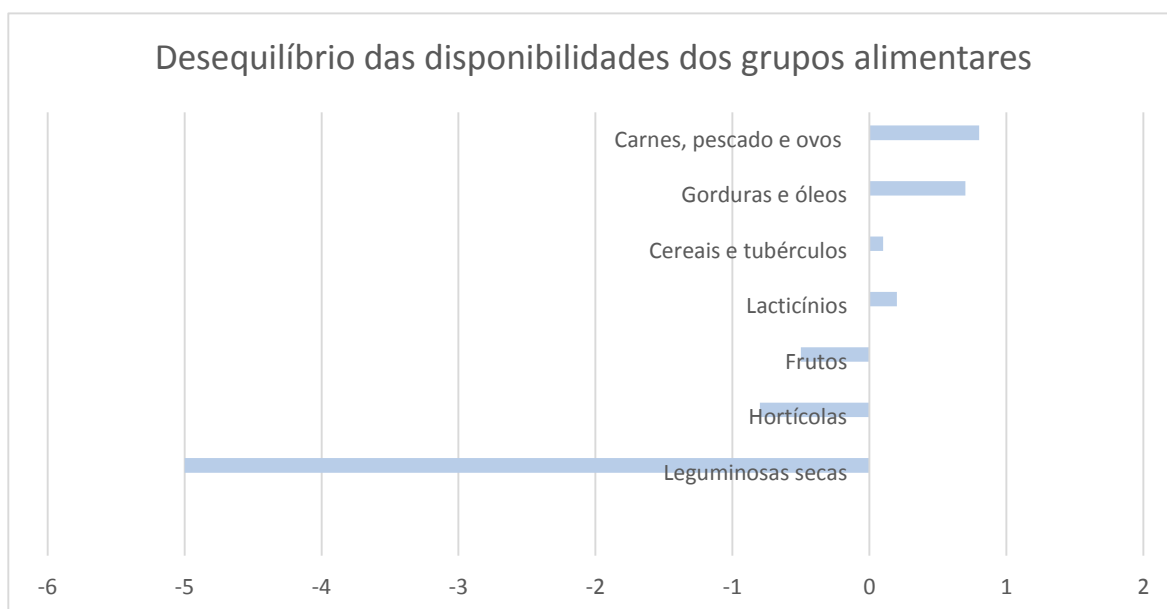


Figura 1: Desequilíbrio da disponibilidade alimentar em Portugal entre 2005 – 2008

Fonte: INE; Balança Alimentar Portuguesa 2003-2008

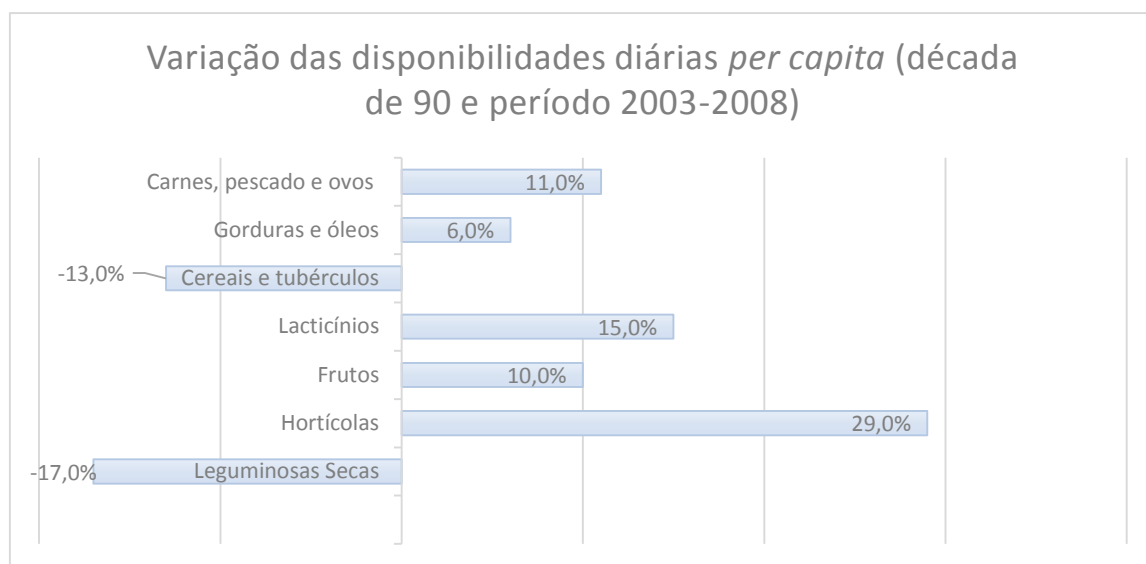


Figura 2: Variação da disponibilidade alimentar em Portugal entre 2005 – 2008

Fonte: INE; Balança Alimentar Portuguesa 2003-2008.

De acordo com a dissertação de mestrado, *Análise do Comportamento Alimentar de uma População Escolar do Concelho de Sintra*, (Martins, 2010) os portugueses em tempo de crise têm optado por consumir arroz, atum enlatado e salsichas. A venda de atum e arroz cresceu 25%. Os alimentos mais caros consomem-se menos e os mais baratos são os que têm maior procura. A Jerónimo Martins vendeu nos meses de Janeiro e Fevereiro de 2009 mais 40% de ovos, salsichas e legumes secos embalados, comparativamente com os anos anteriores. Segundo os responsáveis do grupo, as alterações dos hábitos de consumo são notórias, sendo que o consumidor procura produtos mais baratos, de menor valor acrescentado, em detrimento dos mais caros. Em relação ao consumo de carne e produtos lácteos, o grupo refere que os portugueses “compram cada vez menor quantidade, optando por uma alimentação mais à base de sopas e produtos mais baratos”.

Alguns portugueses racionam os alimentos devido à crise económica. Em consequência da subida dos preços dos alimentos há pessoas que nas suas compras optam por produtos da linha branca, outros consomem menos ou

deixaram mesmo de consumir peixe fresco e em situações mais complicadas há quem racione a compra de alimentos. De acordo com um estudo realizado (Fonseca, 2008), as lojas *discount*, têm tido um crescimento do número de clientes. Fazendo a comparação com o estudo realizado nos trabalhadores da UP, 52,1% afirmaram consumir batata, arroz e massa uma vez por dia e 47,9% consomem duas vezes por dia, quando confrontados com as alterações durante a crise económica verificou-se que 50% diminuiu a frequência de consumo e os restantes 50% mudou de marca ou de fornecedor.

### **Disponibilidades Alimentares**

As disponibilidades alimentares *per capita* atingiram em média as 3 963 kcal no quinquénio 2008-2012 (+2,1% que no período 2003-2008), o que permite satisfazer as necessidades de consumo de 1,6 a 2 adultos, tendo por base o aporte energético médio recomendado (2000 a 2500 kcal). Esta análise revela dois períodos marcadamente distintos: até 2010 um período de expansão caracterizado por elevadas disponibilidades alimentares e energética e a partir de 2010 com reduções acentuadas das disponibilidades alimentares. O ano de 2012 detém os níveis mais baixos de disponibilidades alimentares de carne de bovino dos últimos 10 anos. Seria igualmente necessário recuar 13 anos, para se encontrar um nível semelhante de disponibilidades alimentares de carne de suíno, passando a carne de aves, pela primeira vez de que há registos estatísticos, a garantir a principal disponibilidade de carne em Portugal (INE, 2014).

A Balança Alimentar Portuguesa (BAP), enquanto instrumento analítico de natureza estatística, permite retratar as disponibilidades alimentares e sua evolução em Portugal, em termos de produtos, nutrientes e calorias, e não a caracterização dos

consumos alimentares dos residentes no país. No entanto, dado que os coeficientes de correlação entre a BAP (disponibilidades alimentares) e o Inquérito às Despesas das Famílias - IDEF (quantidades adquiridas pelas famílias residentes), apresentaram nos períodos de referência comuns (2005 e 2010) correlações positivas, elevadas e estatisticamente significativas, as disponibilidades alimentares constituem uma forma indireta de caracterização do consumo alimentar. (Rodrigues et al., 2007)

Estas disponibilidades alimentares traduzem para 2012 um índice de adesão à dieta mediterrânica de 1,10, sendo que um índice superior a 1 revela uma predominância de calorias provenientes de produtos típicos de uma dieta mediterrânica. Este índice, embora com tendência crescente desde 2006, situa-se contudo abaixo dos valores alcançados no início da década de 90. (BAP, 2008-2012).

### **Desequilíbrio da distribuição energética**

Segundo um estudo realizado pelo INE (2010), (BAP, 2003-2008) Portugal é o maior consumidor de arroz da Europa com uma captação de 17,3 kg/ano.

Apesar da crise relativa à disponibilidade de cereais no mercado mundial em 2007/2008, motivada pela quebra de produção nos maiores produtores mundiais (Estados Unidos da América e Rússia), pela quebra de *stocks* na União Europeia e pelo desvio da matéria-prima para a produção de biocombustíveis, as disponibilidades diárias per capita de cereais em Portugal não foram afetadas neste período, tendo até registado um ligeiro aumento de 1% em 2008.

Segundo dados da FAO de 2007, no período em análise, a liderança dos cereais em substituição das raízes e tubérculos foi reforçada. As disponibilidades das

raízes e tubérculos continuaram a apresentar uma trajetória descendente iniciada na década de 90, tendo sido substituídas nomeadamente pelo arroz (figuras 3 e 4). De realçar que a disponibilidade média anual *per capita* deste cereal, no período em análise, se situou nos 17,3 kg/hab/ano de arroz branqueado, sendo o país europeu que consumiu mais arroz, seguido de Espanha e Itália com valores muito inferiores, respetivamente 7,2 e 6 kg/hab/ano.

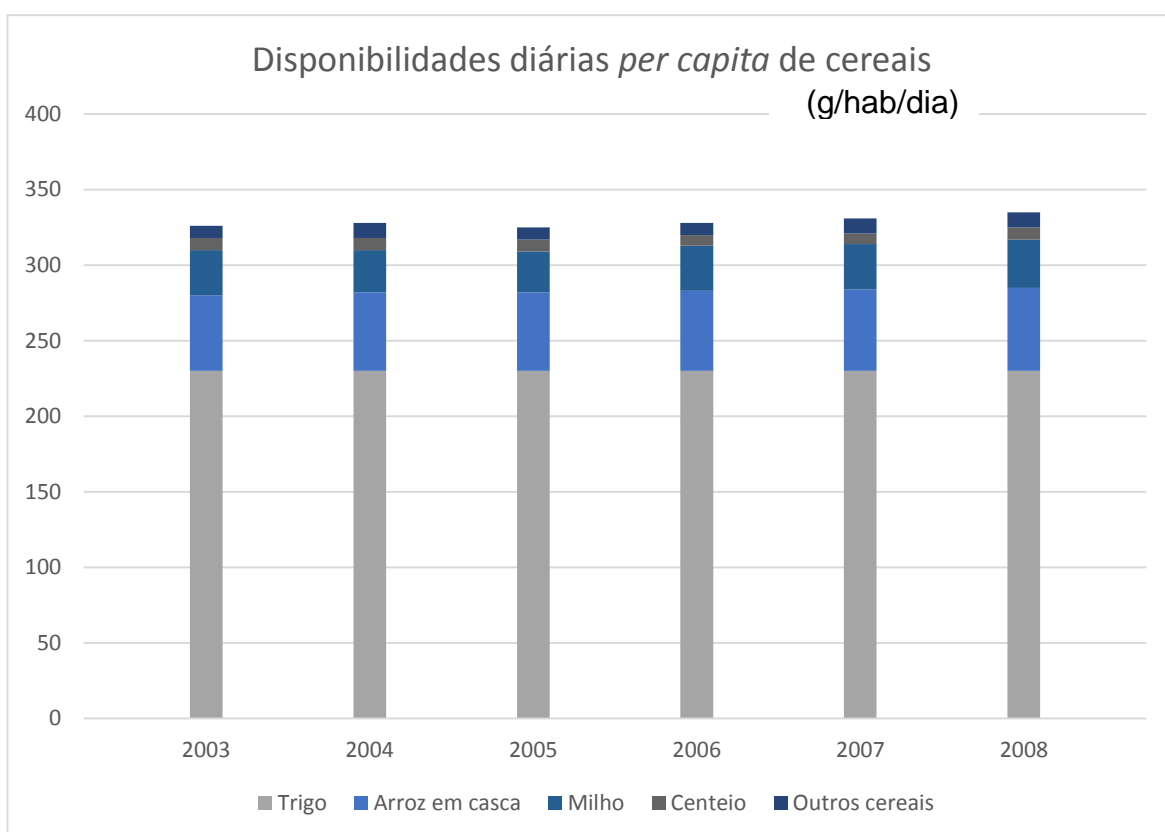


Figura 3: Disponibilidade de cereais.

Fonte: INE; Balança Alimentar Portuguesa 2003-2008.

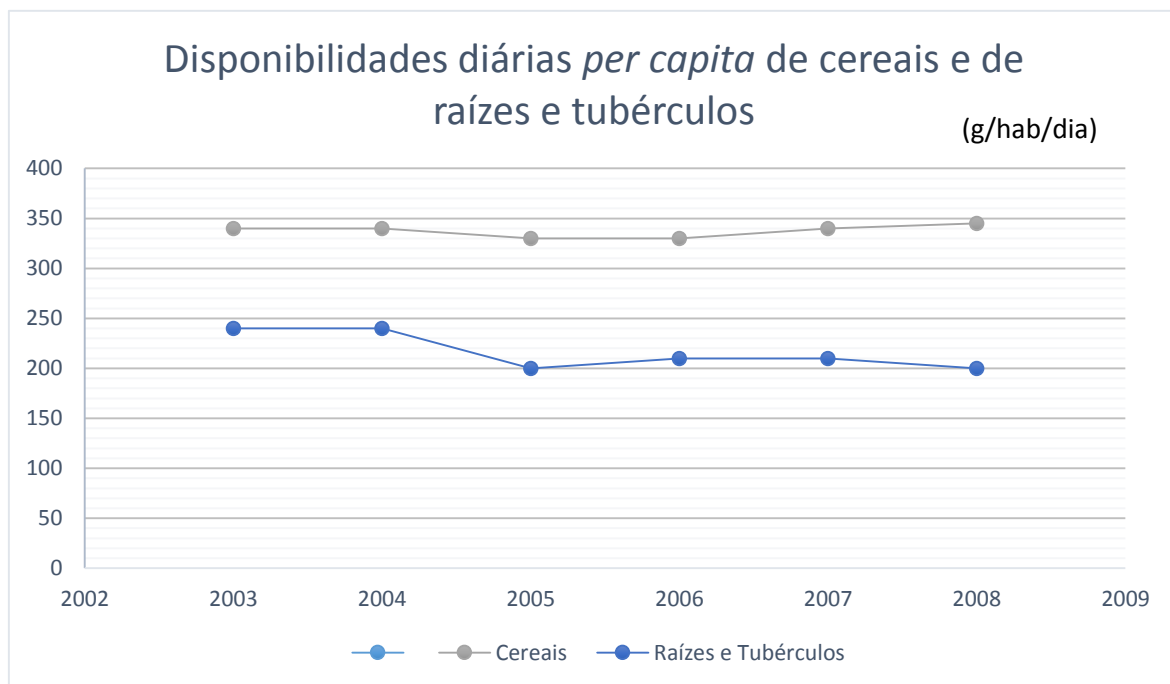


Figura 4: Disponibilidade de cereais, raízes e tubérculos.

Fonte: INE; Balança Alimentar Portuguesa 2003-2008.

O mesmo estudo do INE refere que 51% da população tem excesso de peso. Segundo dados apurados pela BAP, esta análise está em linha com o diagnóstico efetuado pelo 4º Inquérito Nacional de Saúde, que indicava que, em 2005/2006, 51% da população residente com mais de 18 anos, tinha excesso de peso e obesidade.

Em Portugal, as doenças cardiovasculares são a principal causa de morte, cerca de 32%, de acordo com as Estatísticas da Saúde do INE.

### **Alimentação mais barata**

Um estudo realizado pela empresa de estudos de mercado *Kantar World Panel*, com base num painel de lares de consumidores, com números relativos ao consumo do primeiro semestre de 2012, confirma uma queda nas vendas dos congelados (-2,2%), de produtos lácteos (-2,5%) e das bebidas (-11,2%), que



tendem a ser substituídos por mercearia salgada (batata frita, aperitivos e *snacks*, pimenta, molhos) e por produtos frescos. Também os dados mais recentes divulgados por outra empresa de estudos de mercado, a *Nielsen*, relativos ao segundo trimestre de 2012, apontam para a queda das vendas dos produtos lácteos (menor consumo de iogurtes) e das bebidas, e a preferência crescente por produtos mais básicos (maior consumo de leite).

Segundo a Fundação Gulbenkian (2013), sobre o Futuro da Alimentação, “No que diz respeito aos produtos alimentares, a crise obrigou os portugueses a alterarem os seus padrões de consumo para pouparem dinheiro. A restrição orçamental determinada pelo rendimento e preços pesa hoje fortemente nas opções de compra. Neste sentido pode falar-se num certo regresso ao passado, menor rendimento, maior restrição orçamental, consumo de produtos mais básicos (Duarte, 2013).

Os números do INE, relativos a disponibilidades alimentares da BAP, mostram um país que entre o início dos anos 1980 e o final da primeira década do século XXI passou a ter maior disponibilidade económica, o que se refletiu na forma como as pessoas se alimentavam, sobretudo na década de 1990: com consumo superior de fruta (o consumo duplicou, passando de 61 quilos *per capita* por ano para 120) e mais hortícolas. (BAP, 1990 – 2003)

De acordo com Graça (2012), responsável pelo Plano Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável, é preciso ter cautelas na interpretação dos números, porque os desequilíbrios regionais, sociais ou etários que possam existir só poderão ser medidos através de um Inquérito Alimentar Nacional ao consumo.

O único inquérito que existe em Portugal foi realizado no início dos anos 1980 pelo Instituto Ricardo Jorge (Abril-Setembro 1986) e mostra ainda um país em que os alimentos mais consumidos eram a batata e o pão. (Pereira et al., 1980).

Uma das evidências que surge claramente nos dados disponibilizados, refere-se ao consumo de leguminosas que deveriam representar 4% da nossa dieta e representam apenas 0,7%. Um dos grandes objetivos do Plano Nacional de Nutrição consiste em reabilitar as leguminosas - o grão, o feijão, as favas, as lentilhas, as ervilhas, que são produtos de baixo custo e considerados muito interessantes do ponto de vista nutricional. (INE, 2010; BAP, 2003 – 2008)

De acordo com Graça estes alimentos terão caído em desuso em parte porque estavam associados a uma alimentação “pobre”, do tempo em que os portugueses tinham pouco acesso a carne e as usavam muito como fonte alternativa de proteínas.

Carmo (2012) refere que com a atual crise, “há carências – as pessoas podem até comer o suficiente do ponto de vista energético, mas têm carências a nível de diversos micronutrientes como o ferro, zinco, vitamina D, vitamina B12 e iodo. É uma fome que não se vê na rua mas que levanta precauções”.

A maior precaução é a classe média que vive nas cidades, e que se vê de repente com um ou dois elementos do agregado familiar no desemprego. “São pessoas sem as competências tradicionais de adaptação”. São os que já estão a comprar os produtos mais básicos no supermercado. Que consequências esta mudança de vida terá na alimentação, e logo na saúde, dos portugueses provavelmente só um novo inquérito alimentar nacional poderá revelar.

## **Frequência e volume de compras de produtos alimentares**

Os Portugueses continuam com um controlo apertado sobre as suas compras, bens de grande consumo, Fast-moving consumer goods (FMCG), tendo reduzido a frequência de compra em 4,4%, até Outubro de 2014, face ao período homólogo do ano anterior. Esta redução de ida às lojas não está a ser compensada por um aumento do volume comprado em cada ato de compra, que apenas cresceu 1%, o que mostra que efetivamente a compra não aumentou. (*Kantar Worldpanel*, 2014).

Os Portugueses continuam a reduzir o volume comprado, que caiu -2,8% em termos globais, num processo forçado ou voluntário de otimização das compras no Grande Consumo. Este processo de redução verifica-se desde 2010, de forma lenta, mas constante, ao longo destes últimos quatro anos.

Estes dados indicam também que as ações promocionais dos retalhistas ou dos produtores não estão a conseguir – em termos globais - aumentar nem a frequência de compra, nem a compra por ato, de forma a conseguir fazer crescer o mercado, em termos de volume total comprado. (*Kantar Worldpanel*, 2014)

O aumento no Consumo Privado em Portugal segundo o INE, verificado em 2014 é causado por outras componentes, que não as compras feitas pelas famílias no Grande Consumo, uma vez que os lares portugueses continuam a reduzir e a otimizar as compras FMCG, como demonstra a contínua queda do volume comprado, pelo menos até Outubro do mesmo ano.

## **Estratégias para reduzir os gastos com a alimentação**

Segundo uma análise realizada pela *Kantar Worldpanel* (2014), (de acordo com os dados do 3º trimestre de 2014, para o consumo dos Lares Portugueses), devido ao Verão com temperaturas mais baixas que o habitual, verificou-se um efeito no

consumo de “bebidas” nas casas dos portugueses, nomeadamente cerveja, água, *soft drinks* (bebidas sem álcool), com destaque para os “refrigerantes com gás” que sofreram uma diminuição de mais de 10% no trimestre de 2014, face ao mesmo trimestre de 2013. Por outro lado os “frutos” foram outra das categorias que mais caíram, com -8,2%, acompanhadas pelos “legumes e verduras”, que perderam -6,2%. Também a carne sofreu uma queda de -5,3%, no verão mais frio do que a média dos últimos 25 anos.

As tendências específicas do 3º trimestre sobre o comportamento de compra dos Lares dos portugueses indicam uma continuidade ao longo do ano no que diz respeito à redução da frequência de compra, que caiu uns expressivos 6%. Ou seja, a redução da frequência de compra no 3º trimestre ainda se agravou relativamente aos trimestres anteriores. Esta redução da frequência é ligeiramente compensada pelo aumento do volume por ato de compra, que cresceu neste período 2,6%, mas isso não impediu, mesmo assim, a queda do volume do mercado Total FMCG, em 4,2%.

### **Situações no consumo no mercado tradicional**

Segundo análise realizada pela *Kantar Worldpanel* (2014), apesar de alguns produtos tipicamente fortes no mercado tradicional, como a fruta, a carne e o bacalhau estarem este ano no topo das preferências dos compradores portugueses, sendo das poucas categorias que cresceram em volume, a performance do mercado tradicional piorou em 2014, em termos acumulados até outubro de 2014.

Na realidade, ocorreu uma queda superior a 15% no volume vendido de produtos frescos perecíveis, aos lares, sendo que a sua quota de mercado, neste setor em particular, caiu de 21,3% em 2013 para 18%, em 2014.

Esta redução do volume comprado pelos lares ao comércio tradicional teve origem numa redução de compradores, em cerca de menos 100 mil lares, em 2014. Também houve uma forte redução da frequência de compra, em 9%, ou seja, mais do dobro da redução sentida globalmente no mercado português. (*Kantar Worldpanel*, 2014)

### **Grau de confiança dos consumidores portugueses em relação à situação económica do país**

O relatório internacional “Estudo Global de Confiança dos Consumidores” foi realizado entre os dias 10 e 28 de novembro de 2014, com a participação de mais de 30.000 consumidores *online* de 60 países da Ásia-Pacífico, Europa, América Latina, Médio Oriente, África e América do Norte. A amostra foi segmentada em cada país por idade e sexo em função dos utilizadores de Internet e tem uma margem de erro máxima de  $\pm 0.6\%$ . Este estudo da *Nielsen* baseia-se no comportamento dos consumidores com acesso à Internet. As taxas de penetração de Internet variam conforme o país. A *Nielsen* utiliza um barómetro mínimo de penetração da Internet de 60% ou de 10 milhões de utilizadores para a sua inclusão no inquérito. O relatório global da *Nielsen*, que inclui este estudo sobre o índice de confiança, começou a ser elaborado em 2005. (*Nielsen*, 2015)

Segundo este estudo, o índice de confiança em Portugal foge ao pessimismo europeu e situa-se em 55 pontos no quarto trimestre face aos 53 do trimestre anterior, enquanto que na Europa este índice retrocedeu passando de 78 para 76.

A segurança no emprego é a principal preocupação dos portugueses e 75% das pessoas acreditam que a sua economia não irá melhorar nos próximos doze meses. A sombra do pessimismo regressou à Europa embora Portugal se tenha erguido, como uma das grandes exceções, ao aumentar o índice de confiança dos consumidores até aos 55 pontos (+ 2 p.p. – Pontos Percentuais) no último trimestre de 2014 (Figura 5). É o segundo trimestre consecutivo em que o país regista uma subida, de acordo com a conclusão do mais recente Estudo Global de Confiança dos Consumidores. (Nielsen, 2015)

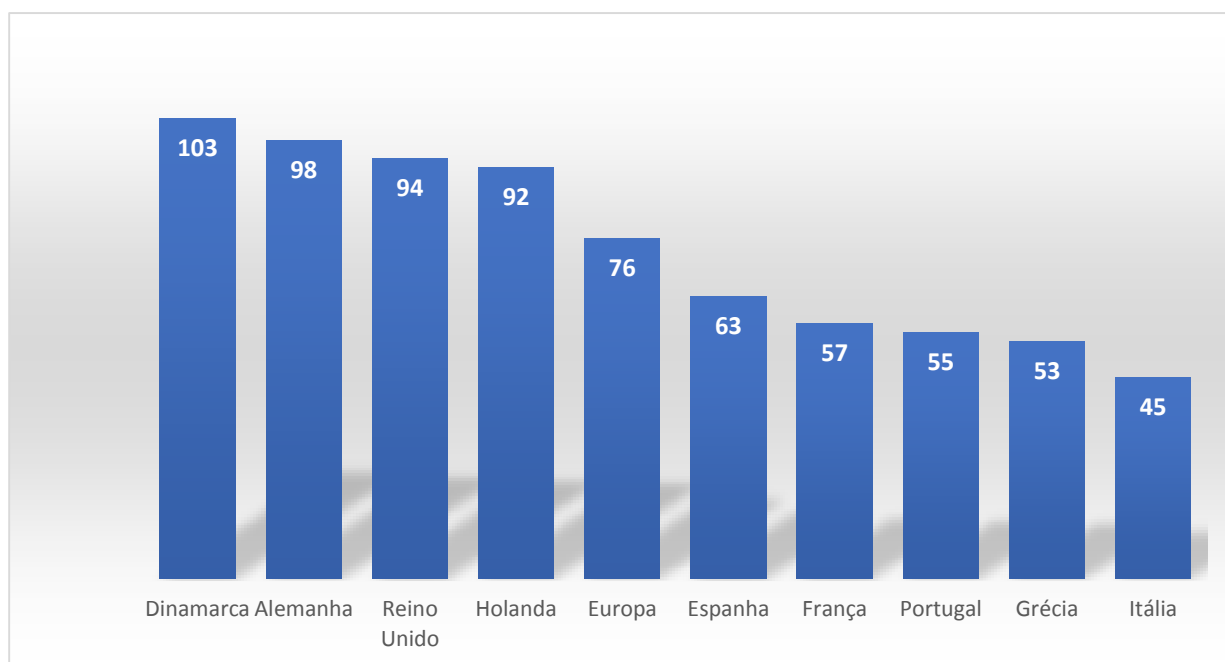


Figura 5: A confiança do consumidor na Europa no quarto trimestre de 2014

Fonte: Estudo Nielsen “Confiança do Consumidor”

Este aumento da confiança dos portugueses está relacionado com a evolução positiva do desemprego no país. No terceiro trimestre de 2014 de acordo com as últimas informações disponíveis, a taxa de desemprego em Portugal caiu até aos 13,1 %, o que representou a sexta descida consecutiva e o nível mais baixo desde o terceiro trimestre de 2011.

Este número, no entanto, não é suficiente para os portugueses deixarem de encarar com preocupação o mercado de trabalho. Mais concretamente, nove em cada dez pessoas considera que as perspetivas profissionais para os próximos doze meses são más ou não muito boas, face aos 10% que se mostra confiante que irá viver um bom ano a nível profissional. (*Nielsen*, 2015)

A segurança no emprego é, efetivamente, a principal preocupação dos portugueses relativamente aos próximos seis meses. 18% das pessoas entrevistadas neste estudo assim o revela, empatadas com outras 18% que referem como inquietude principal a conciliação entre o trabalho e a vida pessoal. (*Nielsen*, 2015).

Esta preocupação com a situação profissional constata-se na perceção dos portugueses em relação ao momento atual vivido pelo país, já que 81% afirma que Portugal continua em recessão face a 19% que considera já ter deixado para trás esse estado. Apenas uma em cada dez pessoas considera que a situação será ultrapassada ao longo dos próximos doze meses.

Os portugueses também não são muito otimistas em relação à sua situação financeira pessoal. Duas em cada dez pessoas consideram efetivamente que em 2015 o estado das suas finanças será positivo, face a 75% que encara os próximos doze meses com pessimismo.

Perante esta conjuntura económica, os consumidores adotaram medidas de poupança, que em alguns casos, praticamente se tornaram hábitos, principalmente em tudo o que tem a ver com as faturas energéticas. Assim, sete em cada dez das pessoas entrevistadas afirmam que, relativamente ao fim de 2013, alteraram a sua forma de gastar para injetar mais poupança na economia doméstica. (*Nielsen*, 2015).

Diante desta política de contenção de despesas no lar, os portugueses optam geralmente por cortar no entretenimento fora de casa ou tentar poupar no supermercado, comprando marcas mais baratas, tal como afirmam mais de 60% das pessoas entrevistadas. Também preferem comprar menos roupa (60%) ou tentar reduzir a fatura do gás e da eletricidade (59%). (*Nielsen*, 2015).

No entanto, tudo indica que quando a situação económica melhorar os portugueses irão abandonar progressivamente esta contenção das despesas.

No supermercado, 36% dos consumidores irá continuar a comprar marcas mais baratas, face aos 61% que já o faz atualmente. Ainda assim, onde será mais visível esta mudança de atitude é no lazer fora de casa, o que irá beneficiar diretamente o setor hoteleiro.



## **Objetivos**

### **Objetivos e Metodologia:**

Com a realização deste trabalho pretende-se perceber se a diminuição do poder de compra dos portugueses, devido à crise, determinou mudanças nos hábitos alimentares e se estas mudanças afetaram a qualidade da sua alimentação.

### **Objetivo Geral:**

- Identificar o tipo de alterações nos hábitos de aquisição e consumo de alimentos e refeições dos trabalhadores da UP (Universidade do Porto) para contornar a crise.

### **Objetivos Específicos:**

- Identificar se ocorreram alterações nos locais de aquisição e consumo de alimentos/ refeições nos trabalhadores da Universidade do Porto;
- Identificar as causas destas alterações;
- Reconhecer o impacto destas mudanças na qualidade da alimentação desta população.

### **Amostra:**

Utilizou-se uma amostra de conveniência constituída pelos funcionários da Universidade do Porto.

## Material e Métodos

### **Metodologia:**

Foi desenvolvido um questionário *on-line*, intitulado “Influência da crise económica nas escolhas alimentares nos trabalhadores na universidade do Porto”, Os dados foram recolhidos através de um *software* “*LimeSurvey*”. *Este aplicativo possibilita aos utilizadores criar os seus questionários on-line de forma rápida e faz com que o acesso ao mesmo seja prático e cómodo.*

Numa primeira fase, este questionário foi disponibilizado via *email* para 7181 participantes da Universidade do Porto docentes e não docentes. Esteve disponível a partir do dia 09/10/2014 até ao dia 10/02/2015. Devido a um número muito reduzido de respostas obtidas foi enviado o inquérito, diretamente para todos os colaboradores (com e-mail), tendo sido contactados 5144 participantes.

O questionário aplicado é composto por 22 questões divididas em três partes. A primeira parte é constituída por onze questões sobre os dados sociodemográficas, formadas por 5 questões de escolha única, 4 com caixa de texto só para entrada numérica, 1 com caixa de texto curto e 1 com *list dropdown* / lista de seleção. Neste primeiro grupo pretendeu-se conhecer a idade, sexo, estado civil, habilitações académicas, área de formação, tempo que trabalha na Universidade do Porto, Unidade Orgânica a que pertence ou que passa a maior parte do tempo função desempenhada, rendimento mensal bruto, número de elementos do agregado familiar e o valor despendido mensalmente (em Euros) em alimentação do agregado familiar.

Na segunda parte do inquérito, composta por 6 questões, pretendeu-se avaliar os hábitos alimentares, nomeadamente, saber se tinham ocorrido alterações dos com a crise. Neste grupo havia 2 perguntas de resposta: sim / não, em caso afirmativo,

daria lugar a uma segunda pergunta, onde teria que escolher o motivo que estava exposto em escolha múltipla, caso a escolha fosse “outros” era colocada uma nova pergunta para que fosse referido o motivo em texto livre curto.

A última parte referente ao consumo e locais de aquisição de géneros alimentícios/refeições é composta por 5 grupos. Sendo o primeiro grupo de questões sobre os hábitos de consumo dos inqueridos com 12 afirmações em matriz de texto para indicar a frequência de consumo (mensalmente, semanalmente, diariamente, se houve alteração com a crise. Caso houvesse alteração com a crise avalia-se o tipo de frequência. A segunda questão era em relação à frequência da ingestão de alimentos. A terceira questão pedia para indicar a frequência do consumo de bebidas não alcoólicas. A quarta questão pretendia averiguar a frequência de consumo de alguns alimentos, tais como: Produtos açucarados (bolos, chocolates, compotas...); Produtos salgados (rissóis, croquetes, pasteis de bacalhau...), obedecendo as mesmas regras.

Na quinta e última pergunta solicitava-se informação sobre os hábitos de aquisição de géneros alimentícios, utilizando uma escala de: Nunca; Raramente; Quase Sempre; Sempre e ainda se Alterou essa frequência com a crise.

Os inquiridos foram instruídos que todas as informações recolhidas são anónimas e confidenciais e apenas serão utilizadas para realização deste trabalho.

### **Análise Estatística:**

A análise estatística dos dados recolhidos foi realizada com auxílio do programa informático *Statistical Package for Social Sciences, IBM SPSS Statistics 22*, para o *Windows*.

A análise descritiva envolveu o cálculo das frequências (variáveis nominais e ordinais) e o cálculo da média, desvio padrão, máximo e mínimo para variáveis cardinais. A normalidade das variáveis cardinais foi testada pelo teste *Kolmogorov-Smirnov*.

Para comparação de médias de 3 amostras independentes recorreu-se ao 1-way ANOVA e ao teste de *Kruskal Wallis*, para amostras de distribuição normal e não normal, respetivamente. Na comparação de médias de 2 amostras independentes efetuou-se o teste *t-student* e de *Mann Whitney* para amostras de distribuição normal e não normal, respetivamente. A correlação de *Spearman* foi utilizada para estabelecer a associação entre variáveis ordinais.

A hipótese nula foi rejeitada quando o nível de significância crítico para a sua rejeição ( $p$ ) foi inferior a 0,05.

## Resultados

### Tipo de estudo

Foi efetuado um estudo descritivo transversal.

### Local do estudo e população alvo

A população alvo foram os funcionários (docentes e não docentes) da Universidade do Porto.

## Resultados

### Caracterização da Amostra

No presente estudo foram inquiridos 335 funcionários, dos quais 62,8% pertenciam ao sexo feminino e 34,1% ao sexo masculino, com idades compreendidas entre os 23 e os 65 anos, sendo a idade média de 41,9 anos $\pm$  10 anos

Relativamente ao estado civil, 46,0% dos inquiridos eram casados ou viviam em união de facto (Tabela 1).

Tabela 1 – Distribuição dos inquiridos de acordo com Estado Civil.

Estado Civil	Percentagem de Inquiridos (%)
Solteiro(a)	22,4
Casado(a)/União de facto	46,0
Separado(a)/Divorciado(a)	6,8
Viúvo(a)	0,3
Sem resposta	24,5
Total	100,0

Em relação ao último grau de ensino completo, 23,0% dos inquiridos tinham doutoramento, 17,0% mestrado e 16,7% licenciatura.

A distribuição dos funcionários pelas unidades orgânicas é apresentada na tabela 2, pertencendo 22,7% dos inquiridos à Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto (FEUP).

Tabela 2 – Distribuição dos inquiridos por Unidade Orgânica.

Unidades Orgânicas	Percentagem de Inquiridos (%)
Faculdade de Arquitetura da Universidade do Porto (FAUP)	1,5
Faculdade de Belas Artes da Universidade do Porto (FBAUP)	0,6
Faculdade de Medicina da Universidade do Porto (FMUP)	8,4
Faculdade de Medicina Dentária da Universidade do Porto (FMDUP)	1,5
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto (FPCEUP)	3,0
Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar (ICBAS)	2,7
Reitoria da Universidade do Porto (REIT)	4,2
Serviços de Ação Social da Universidade do Porto (SASUP)	0,6
Centro de Desporto da Universidade do Porto (CDUP)	0,3
Centro de Recursos e Serviços Comuns da Universidade do Porto (CRSCUP)	3,9
Faculdade de Ciências da Universidade do Porto (FCUP)	8,1
Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto (FCNAUP)	6,9
Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP)	1,2
Faculdade de Direito da Universidade do Porto (FDUP)	0,6
Faculdade de Economia da Universidade do Porto (FEP)	0,3
Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto (FEUP)	22,7
Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto (FFUP)	2,7
Faculdade de Letras da Universidade do Porto (FLUP)	3,6

No que respeita à função desempenhada, observou-se que 43,6% dos inquiridos eram não docentes, 25,4% docentes e 3,6% desempenhavam em simultâneo as

duas funções. A média de tempo de trabalho na UP dos inquiridos foi de 13,9 anos  $\pm$  10 anos.

Relativamente ao rendimento mensal bruto, verificou-se que 20,9% dos inquiridos possuem um rendimento mensal maior ou igual a 2.001 Euros (tabela 3).

Tabela 3 – Distribuição dos inquiridos de acordo como o Rendimento Mensal Bruto.

Rendimento Mensal Bruto	Percentagem de Inquiridos (%)
$\leq$ 485 Euros	0,3
486 – 600 Euros	2,1
601 – 800 Euros	11,6
801 – 1000 Euros	11,3
1001 – 1500 Euros	15,2
1501 – 2000 Euros	10,7
$\geq$ 2001 Euros	20,9

### Hábitos Alimentares

Relativamente a alterações nos hábitos alimentares no último ano, 36,7% responderam que alteraram os seus hábitos alimentares, enquanto 38,5% referiram que não houve qualquer alteração.

As alterações referidas nos hábitos alimentares no último ano não foram significativamente afetadas pela idade, ( $p = 0,621$ ), pelo nível de escolaridade ( $p = 0,090$ ), pelo tempo de trabalho na UP ( $p = 0,888$ ) nem pelo rendimento mensal bruto ( $p = 0,232$ ).

Dos 36,7% que responderam ter alterado os seus hábitos alimentares, 22,4% dos inquiridos referiram como principal motivo as questões financeiras.

Os motivos referidos pelos inquiridos para a alteração dos seus hábitos alimentares são apresentados na figura 6.

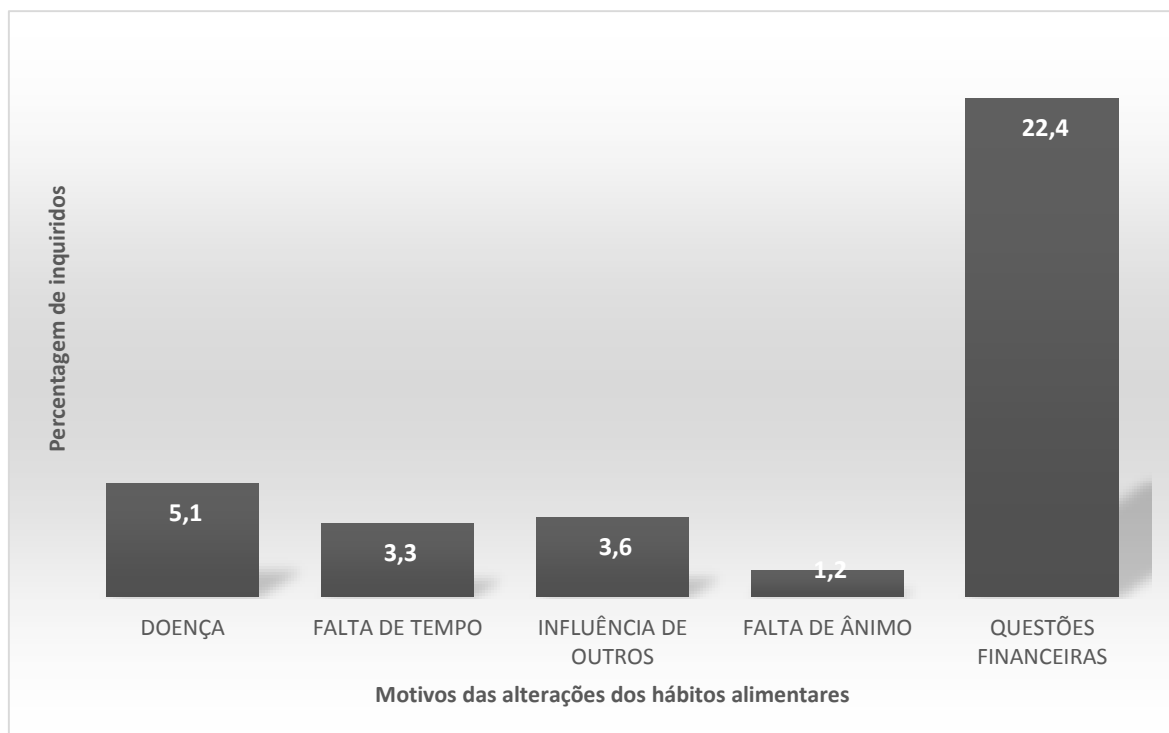


Figura 6 – Motivo de alterações dos hábitos alimentares no último ano.

Quando se questionou os funcionários da UP sobre a necessidade de alterar os seus hábitos alimentares como resultado da crise financeira em que Portugal se encontra, 43,3% afirmaram não ter mudado os seus hábitos alimentares, enquanto que 34,3% disseram ter havido mudanças.

Observou-se que a idade, o nível de escolaridade e o tempo de trabalho na UP influenciaram de forma significativa a necessidade de alterações dos hábitos alimentares no decurso da crise económica em que o país se encontra.

Verificou-se que os indivíduos mais velhos indicaram uma maior necessidade de alterar os seus hábitos alimentares comparativamente aos inquiridos mais novos ( $p = 0,003$ ).

Os funcionários que trabalham há mais tempo na UP revelaram uma maior necessidade de alterar os seus hábitos alimentares comparativamente aos que trabalham a um menor número de anos ( $p = 0,045$ ).



Os funcionários que apresentaram um nível de escolaridade superior indicaram uma menor necessidade de alterar os seus hábitos alimentares comparativamente aos inquiridos que apresentaram um grau de ensino completo inferior ( $p = 0,019$ ). Dos inquiridos que confirmaram ter alterado os seus hábitos alimentares com a crise económica, 23,3% referiram a alteração no local de consumo de refeições, 22,7% referiram ter havido mudanças nas marcas dos produtos alimentares adquiridos e 22,1% no tipo de alimentos/bebidas selecionadas (Figura 7).

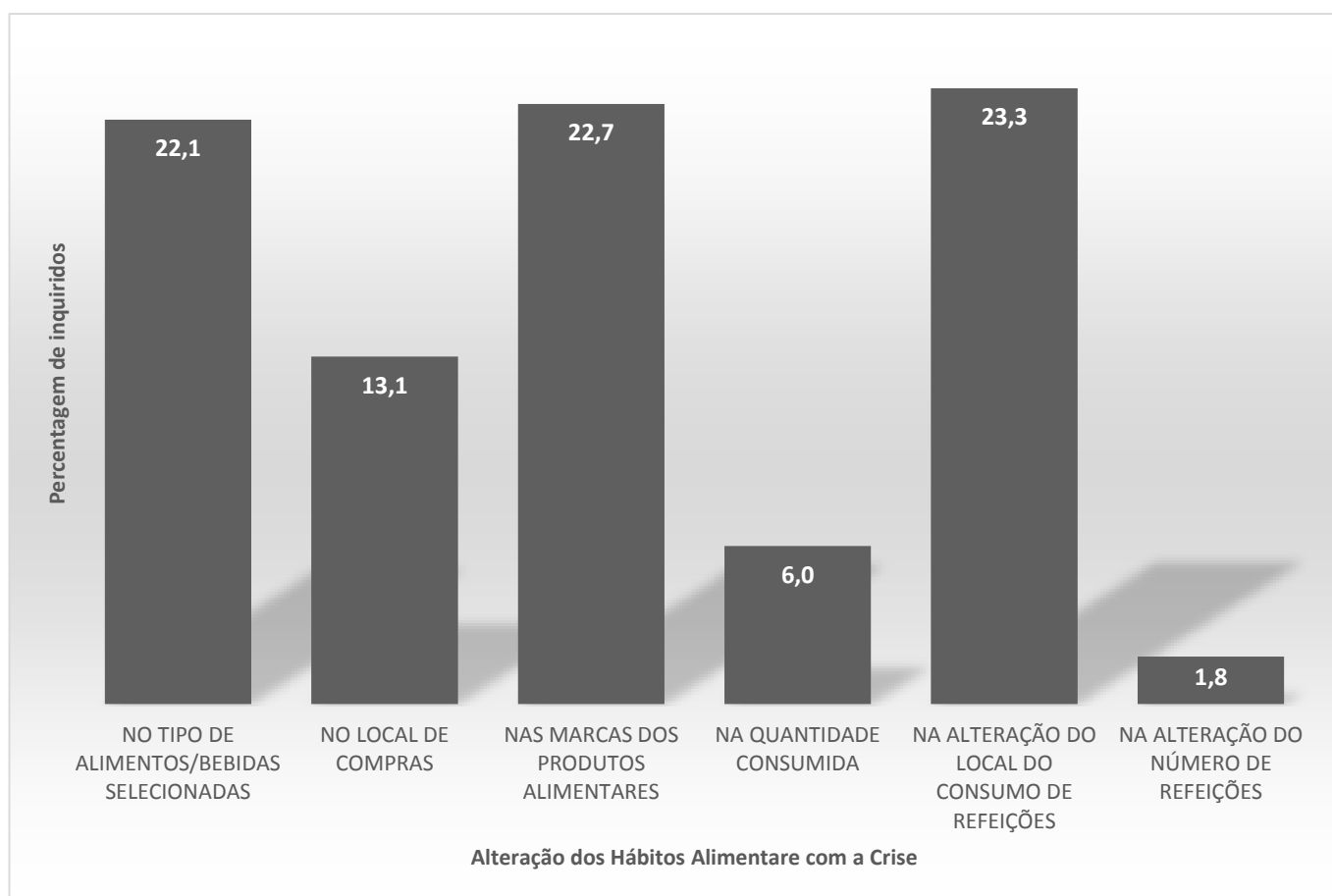


Figura 7 – Tipo de alteração nos hábitos alimentares com a crise.

Os inquiridos que apresentam em média um menor rendimento mensal bruto, alteraram as marcas dos produtos alimentares com resultado da crise comparativamente aos funcionários da UP com maior rendimento mensal ( $p=0,005$ ).

A alteração no local do consumo das refeições foi observada para os trabalhadores da UP que apresentaram maior rendimento mensal bruto ( $p = 0,001$ ) e para quem apresenta um nível de escolaridade superior ( $p=0,001$ ).

No que respeita aos locais onde eram realizadas as principais refeições, observou-se que apenas 3,0% dos inquiridos toma diariamente o pequeno-almoço na pastelaria ou café. Quando questionados sobre alterações resultantes da crise na frequência da realização do pequeno-almoço fora de casa, 4,5% referiu ter diminuído essa frequência.

No que diz respeito a almoçar em restaurantes, 30,4% dos inquiridos almoçam uma vez por semana em restaurantes, enquanto 19,0% faz as suas refeições uma vez por dia nestes estabelecimentos. Quando questionados sobre alterações resultantes da crise, 10,1% referem ter diminuído a frequência de realização de refeições em restaurantes.

Relativamente a jantar em restaurantes, 44,7% disseram que jantam uma vez por semana e quando questionados sobre alterações resultantes da crise 10,1% referiu ter diminuído.

Nos almoços na cantina no local de trabalho, 3,9% referiram almoçar na cantina diariamente, sendo que 2,7% indicaram ter diminuído a frequência de utilização de cantina no local de trabalho.

Comparativamente a levar o almoço (marmita) para o local de trabalho, 4,8% referiram levar diariamente, verificando-se que 6,3% referem ter aumentado a frequência de marmita como resultado da crise económica.

Em relação a lanchar na pastelaria/café, 1,8% referem lanchar uma vez por semana. Quando confrontados sobre alterações resultantes da crise, 5,1% referiu ter diminuído a frequência de realização de lanches nestes locais.

No que diz respeito a levar lanche de casa para o trabalho, 7,5% referiu levar o lanche diariamente para o local de trabalho, quando questionados sobre alterações com a crise, 4,5% referiram ter aumentado a frequência com que trazem lanche de casa.

Relativamente ao consumo de bebidas adquiridas em estabelecimentos quando almoça e janta fora de casa, 76,5% disseram que nunca consumiam, enquanto que 23,5% consumiam uma vez por dia. No que respeita a alterações com a crise, 2,7% dos inquiridos referiram ter diminuído a frequência de consumo de bebidas adquiridas em estabelecimentos.

No que diz respeito ao consumo de sobremesa quando almoça e janta fora de casa, 3,3% referiram consumir uma vez por semana. Quando confrontados sobre alterações resultantes da crise, 6,0% referiu ter diminuído o consumo.

No que concerne optar por “menu do dia”, nos almoços/jantares fora do domicílio 76,5% referiram não consumir, enquanto que 17,6% responderam que optam por menu diariamente, sendo que 4,2% referiu ter aumentado a frequência de consumo dos “menus do dia” como consequência da crise.

3,0% dos inquiridos referiram ter aumentado a frequência de consumo de mini pratos, ou partilhar dose com outra pessoa ao almoço ou jantar.

No que diz respeito a substituir uma refeição completa por sopa, observou-se que 88,2% não faz esta substituição, enquanto 11,8% substitui uma refeição por sopa diariamente. Quando questionados sobre alterações resultantes da crise, 2,7% referiram ter aumentado a frequência de substituição de uma refeição completa por sopa.

Nas questões referentes a frequência no consumo de alguns alimentos, verificou-se que o consumo diário de pão e broa foi de 42,1%, enquanto 20,0% consumia pão e broa uma ou duas vezes por semana. Relativamente a alteração com a crise verificou-se que 56,0% diminuiu a frequência de consumo destes alimentos (Figura 8).

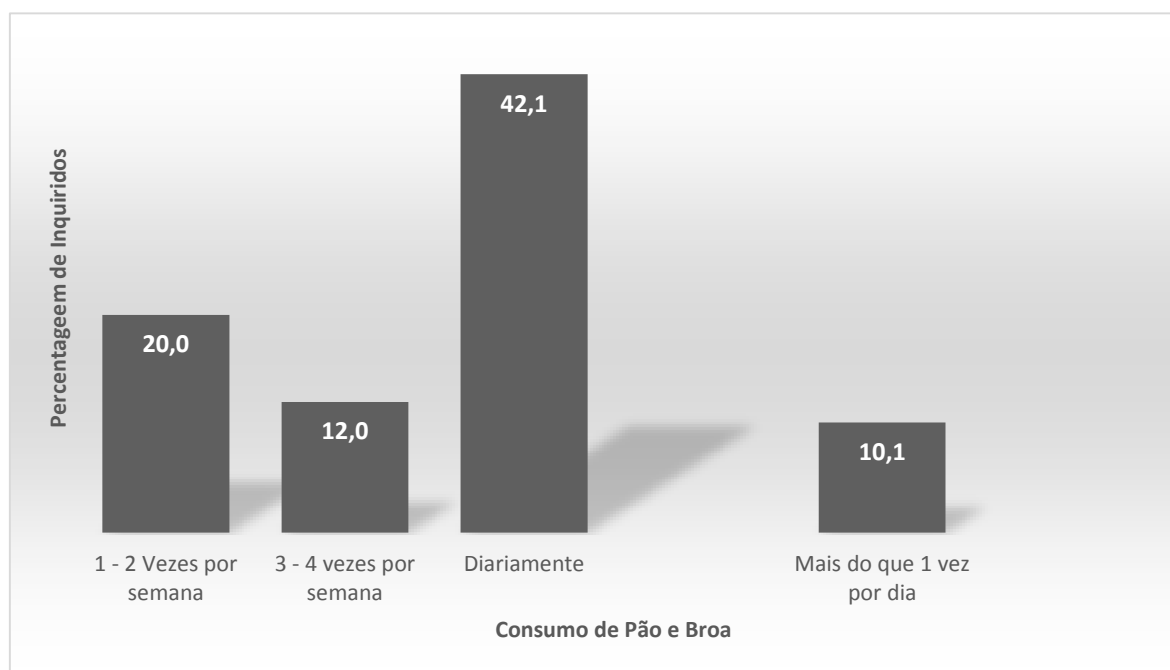


Figura 8 – Frequência do consumo de pão e broa.

No que diz respeito ao consumo de carnes vermelhas, 58,3% afirmou consumir carnes vermelhas uma ou duas vezes por semana, quando questionados sobre a alteração com a crise 67,0% afirmou ter diminuído a frequência de consumo (Figuras 9 e 10).

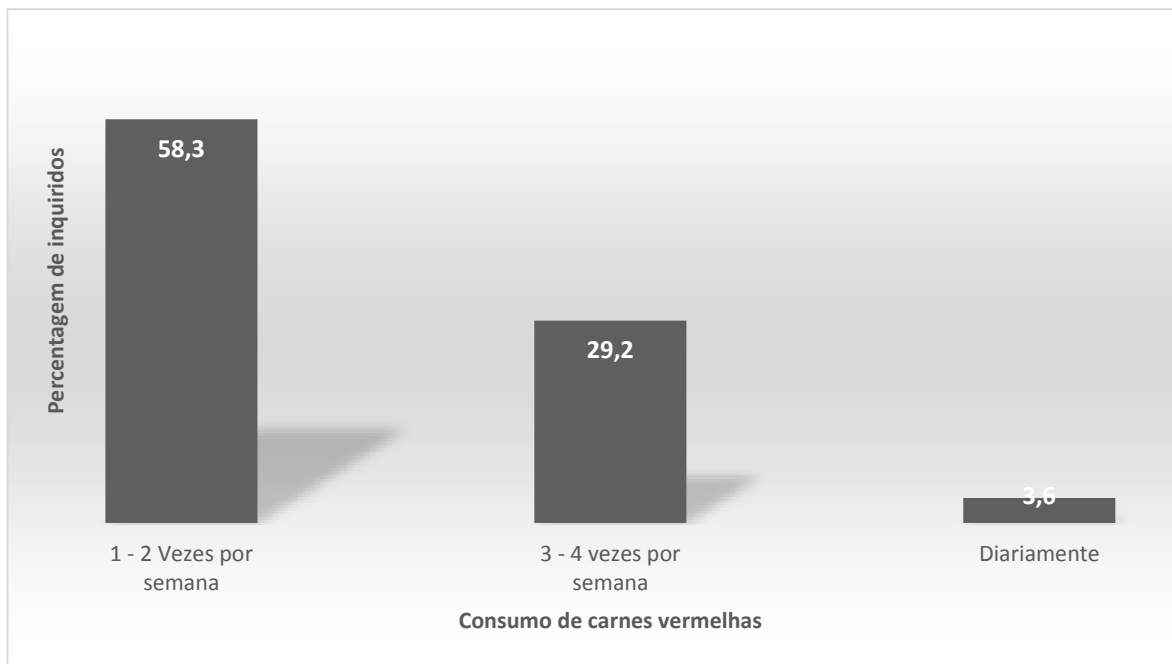


Figura 9 – Frequência do consumo de carnes vermelhas.

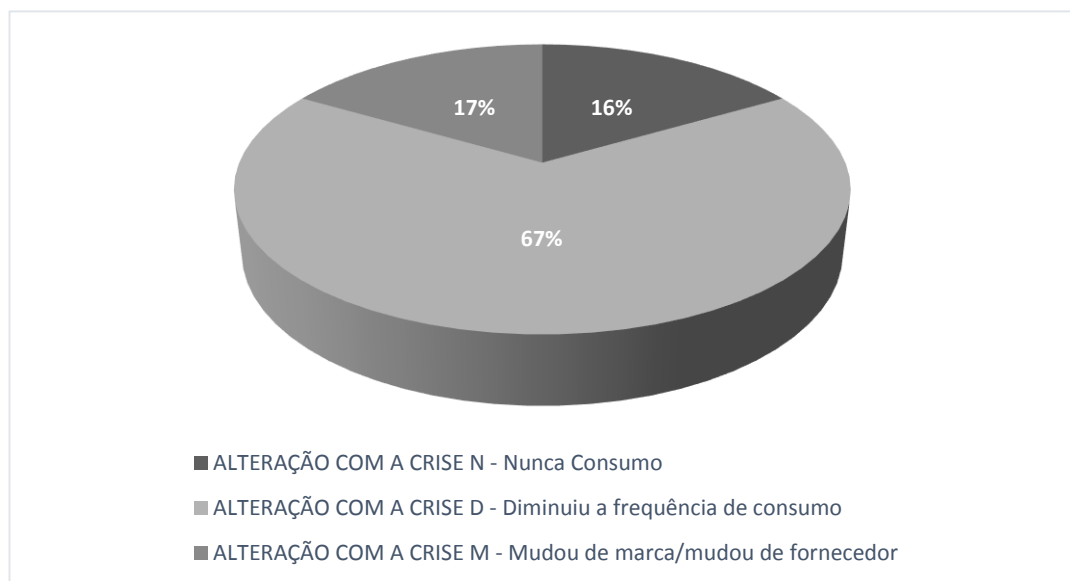


Figura 10 – Alteração com a crise (Consumo de carnes vermelhas).

No que respeita ao consumo de leguminosas, verificou-se que 48,3% consomem leguminosas uma ou duas vezes por semana, relativamente a alteração com a crise 62,0% afirmou ter aumentado a frequência de consumo (Figuras 11 e 12).

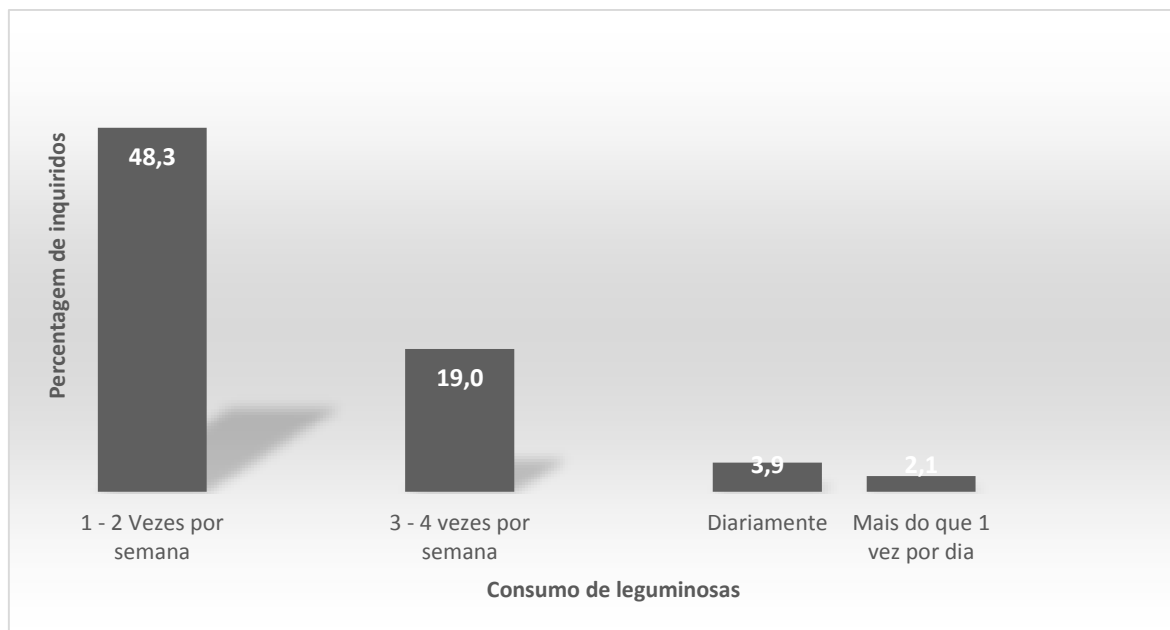


Figura 11 – Frequência do consumo de leguminosas.

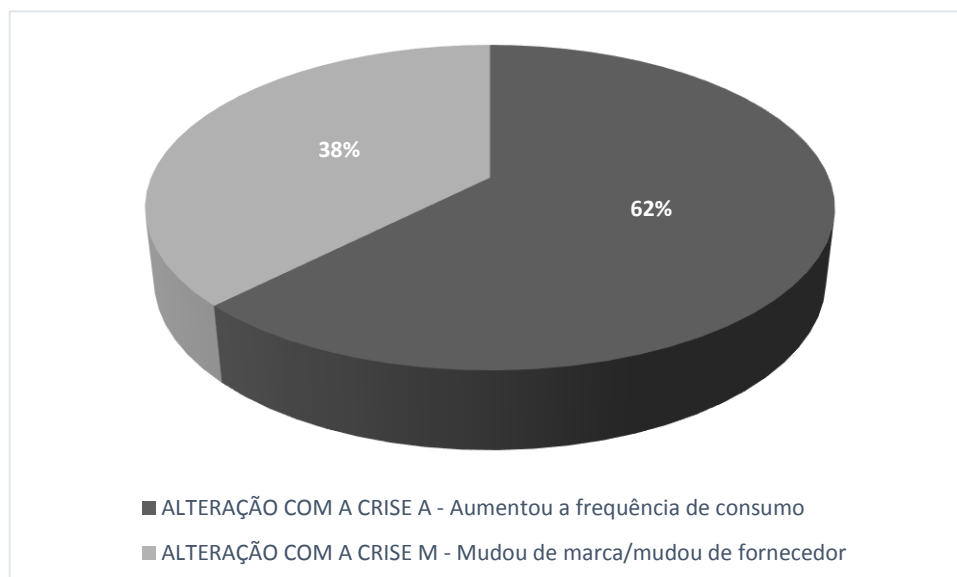


Figura 12 – Alteração com a crise (Consumo de leguminosas).

No que se refere ao consumo de sopa de hortícolas, observou-se que 22,0% consomem sopa cinco a seis vezes por semana e que 24,2% dos inquiridos consome diariamente, quando questionados sobre alteração com a crise financeira, 75,0% declarou ter aumentado o consumo de sopa (Figuras 13 e 14).

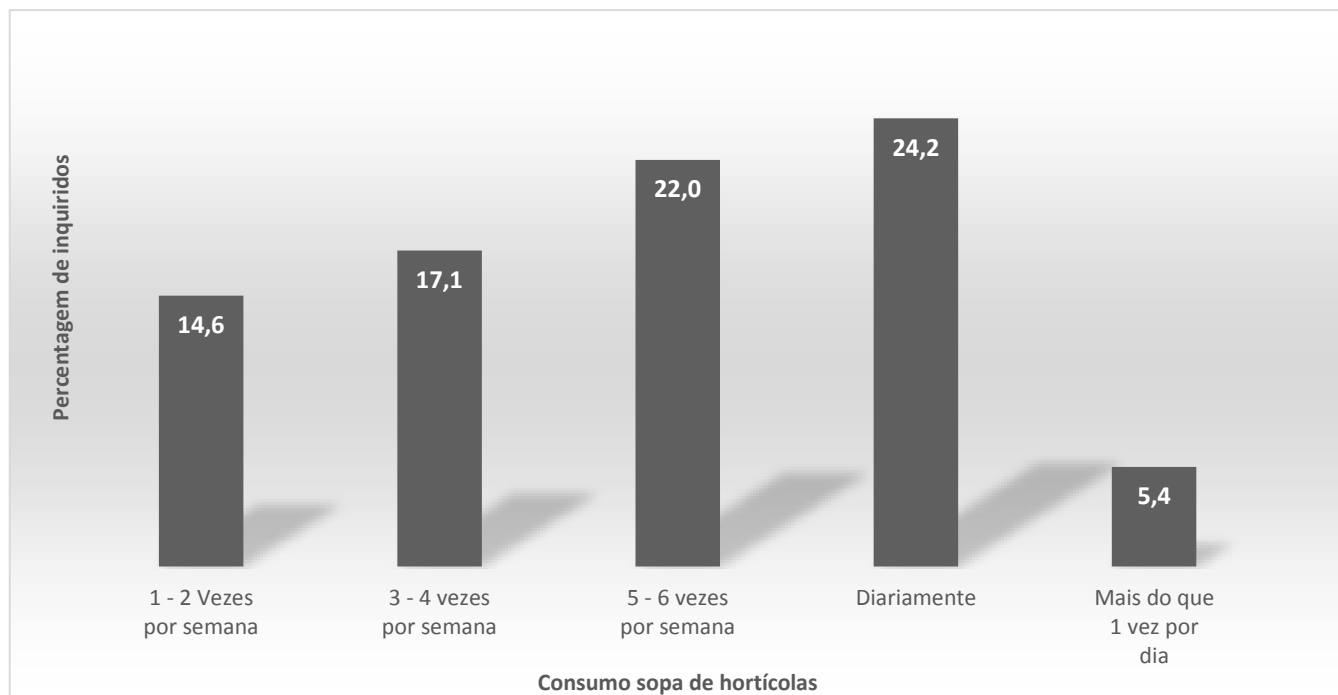


Figura 13 – Frequência no consumo de sopa de hortícolas.

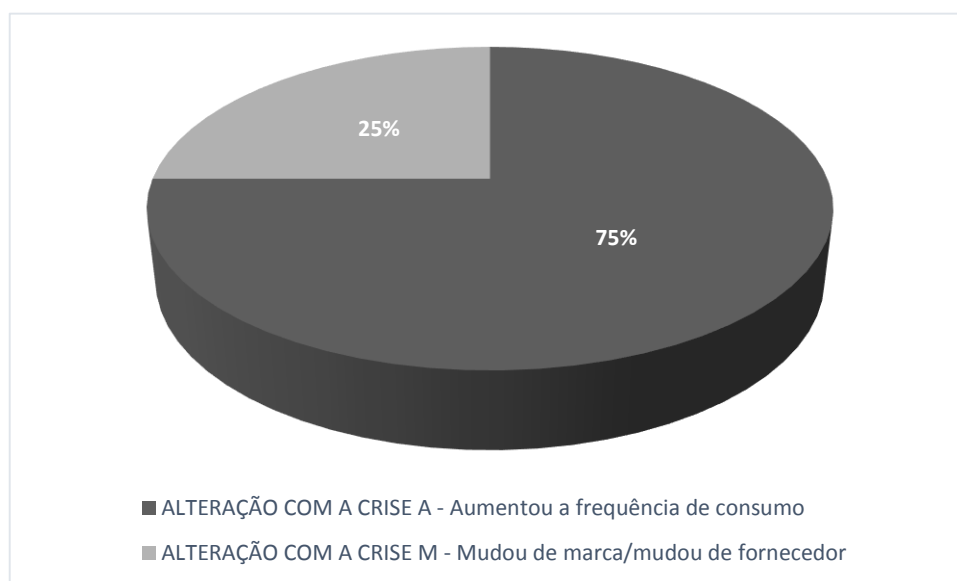


Figura 14 – Alteração com a crise (Consumo de sopa hortícolas).

No que diz respeito à ingestão de bebidas, relativamente ao sumo natural, verificou-se que 69,7% dos inquiridos consomem sumo natural uma ou duas vezes por semana, enquanto que 35,3% consomem diariamente, quando confrontados com a crise económica, 100,0% referiu ter diminuído a frequência de consumo (Figura 15).

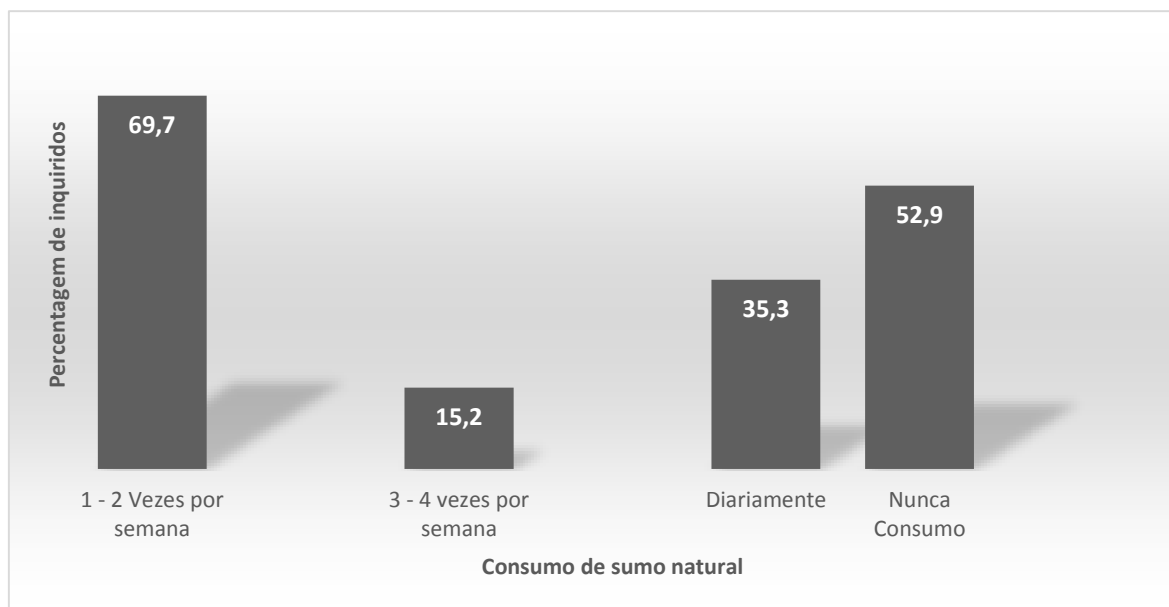


Figura 15 – Frequência do consumo de sumo natural.

Observou-se que 70,0% dos inquiridos não consome bebidas brancas e que 30,0% assumiu consumir este tipo de bebida diariamente. No que refere a alteração com a crise 100,0% referiu ter diminuído a frequência de consumo (Figura 16).





Figura 16 – Frequência do consumo de bebidas brancas.

Com relação ao consumo de produtos açucarados, 56,0% afirmou consumir estes produtos uma ou duas vezes por semana, enquanto que 14,0% referiu consumir diariamente. Quando confrontados se o consumo deste tipo de alimentos sofreu alteração com a crise 93,0% disse ter diminuído a frequência de consumo (Figuras 17 e 18).



Figura 17 – Frequência de consumo de produtos açucarados.

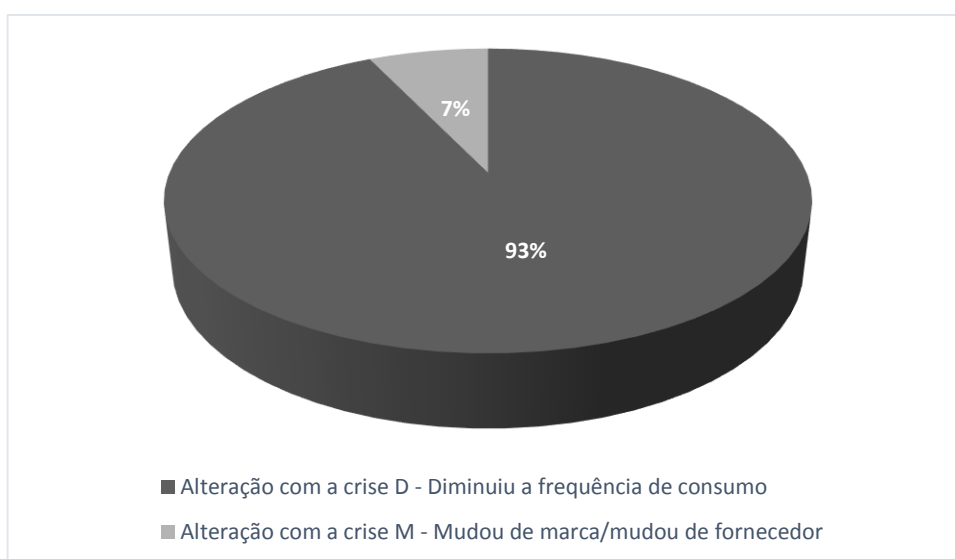


Figura 18 – Alteração com a crise (Consumo de produtos açucarados).

Verificou-se que 73,3% dos inquiridos consome *snacks* uma ou duas vezes por semana e que quando questionados sobre a mudança de consumo destes alimentos com a chegada da crise financeira 85,0% dos inquiridos referiram ter havido uma diminuição do consumo (Figura 19).



Figura 19 – Frequência de consumo de *snacks* salgados.

Relativamente a aquisição de géneros alimentícios, observou-se que os inquiridos escolhem quase sempre o local para a realização das compras com base nos preços, sendo que 47,3% referiram que este critério para escolha do local de aquisição dos géneros alimentícios passou a ser realizada como resultado da crise. No que diz respeito à escolha dos produtos a adquirir com base em promoções, 58,2% afirmaram quase sempre adquirir produtos com base em promoções. Relativamente a alteração deste hábito com a crise, 52,7% afirmaram que não houve alteração e 47,3% afirmaram ter havido alteração com a crise (Figuras 20 e 21).

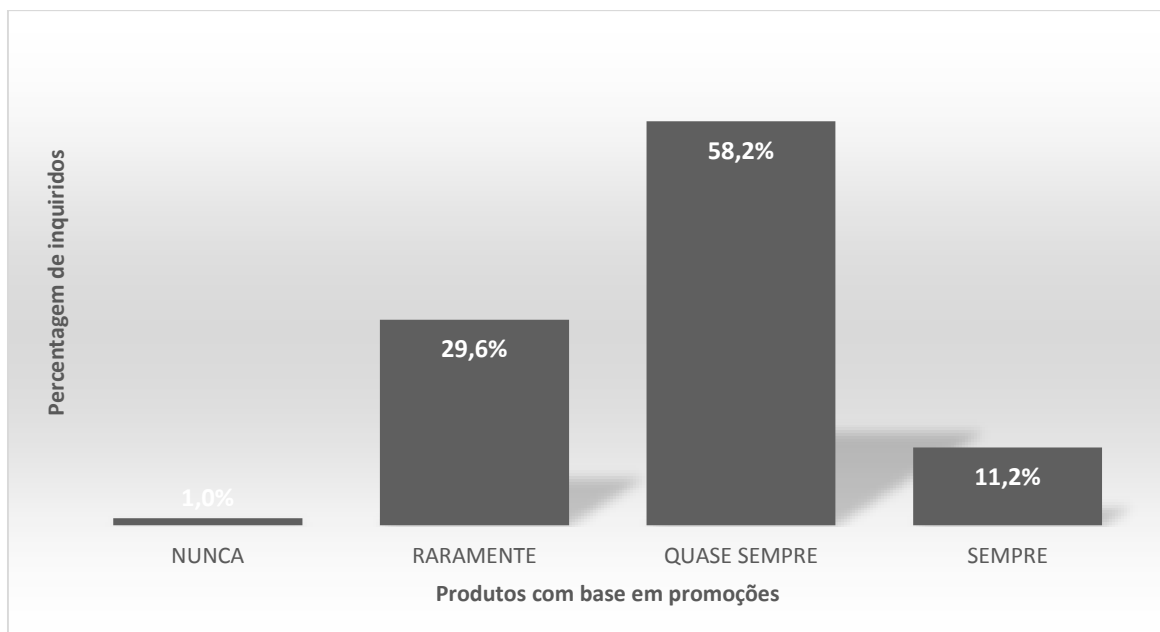


Figura 20 – Frequência de aquisição de produtos com base em promoções.



Figura 21 – Alteração com a crise (Aquisição de produtos, promoções).

No que diz respeito aos produtos de marca branca, 54,0% dos inquiridos responderam que utilizam estes produtos quase sempre, sendo que 52,7% dos participantes afirmaram não ter alterado o seu comportamento com a crise e 47,3% confirmaram esta alteração (Figura 22).

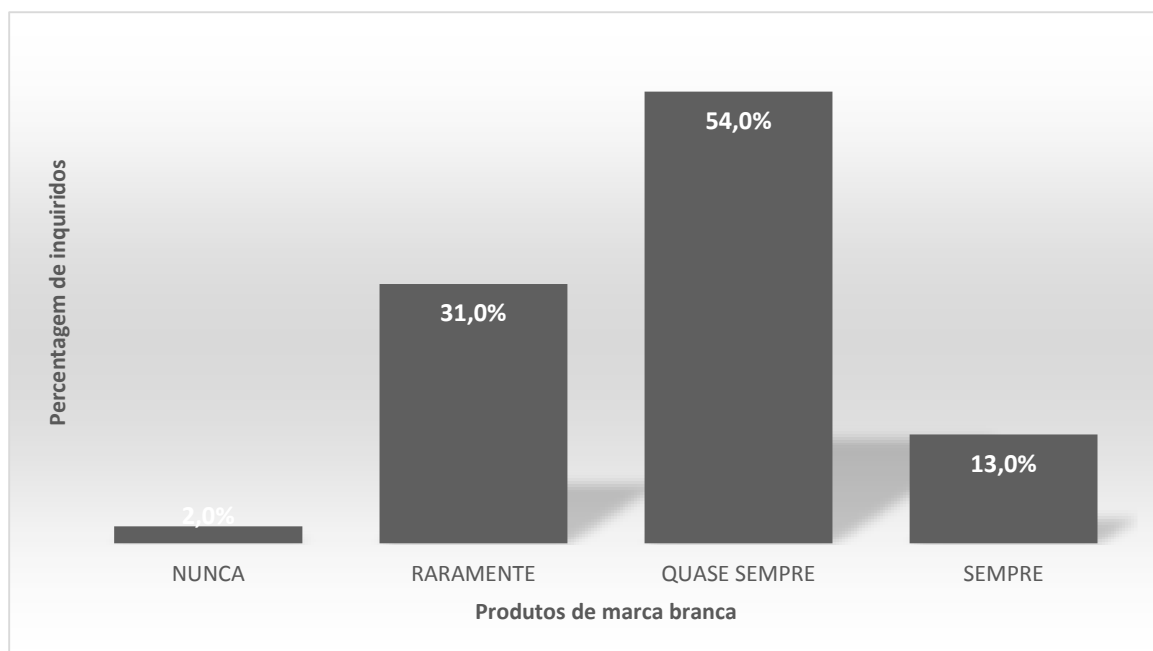


Figura 22 – Frequência de aquisição de produtos de marca branca.

Questionados sobre a inutilização das sobras das refeições, 39,6% dos inquiridos responderam que raramente inutilizam sobras das refeições e 35,4%, responderam que nunca inutiliza as sobras. Quando confrontados sobre alterações com a crise 86,0% afirmaram não ter ocorrido alteração no que diz respeito a esta prática (Figura 23).

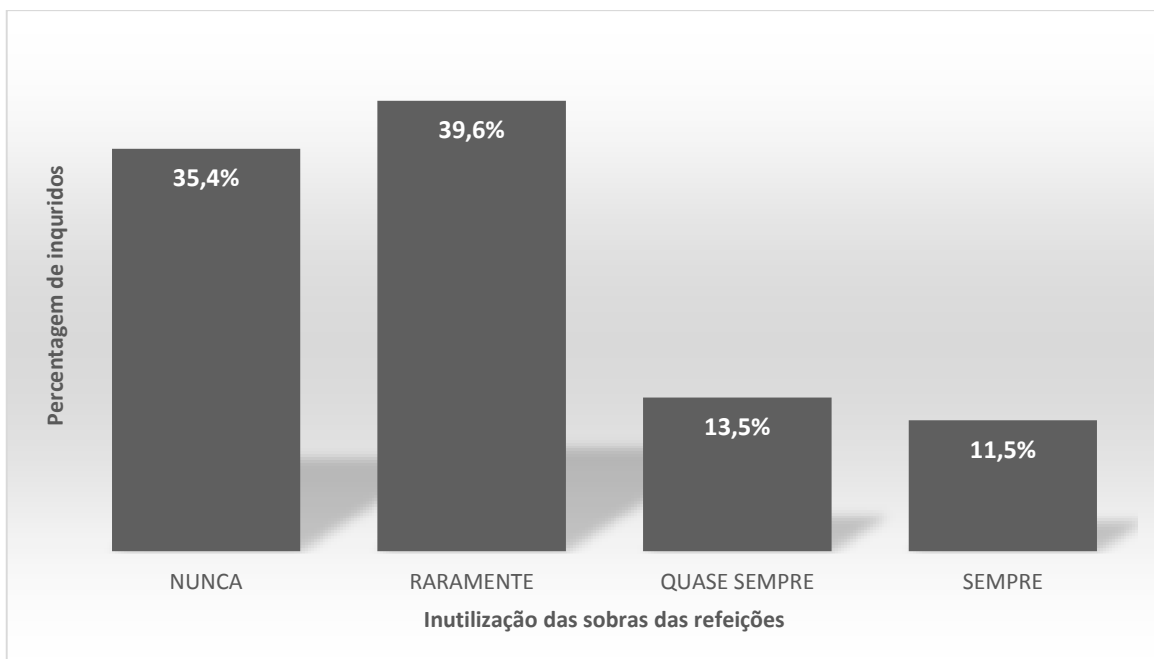


Figura 23 – Frequência de Inutilização das sobras das refeições.

Relativamente a questão sobre o reaproveitamento das sobras para consumir em outras refeições, 47,9% dos participantes responderam que quase sempre fazem reaproveitamento, e 38,5% responderam que sempre, tendo sendo referido por 85,7% dos inquiridos que não ocorreu alguma mudança neste comportamento com a crise económica (Figura 24).

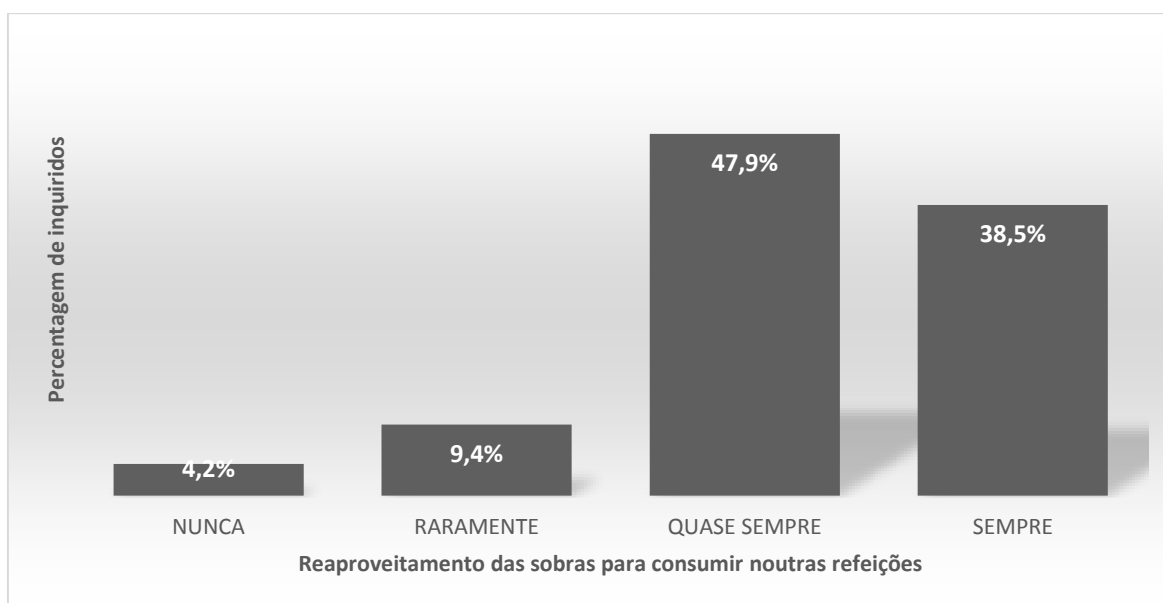


Figura 24 – Reaproveitamento das sobras para consumir noutras refeições.

Quanto a utilização das sobras de outras refeições na confeção de um novo prato, 42,4% responderam que raramente utilizam as sobras e 27,3% afirmou sempre utilizar as sobras tendo sido referido por 83,7% dos inquiridos que não ocorreu qualquer alteração neste comportamento como resultado da crise financeira (Figura 25).

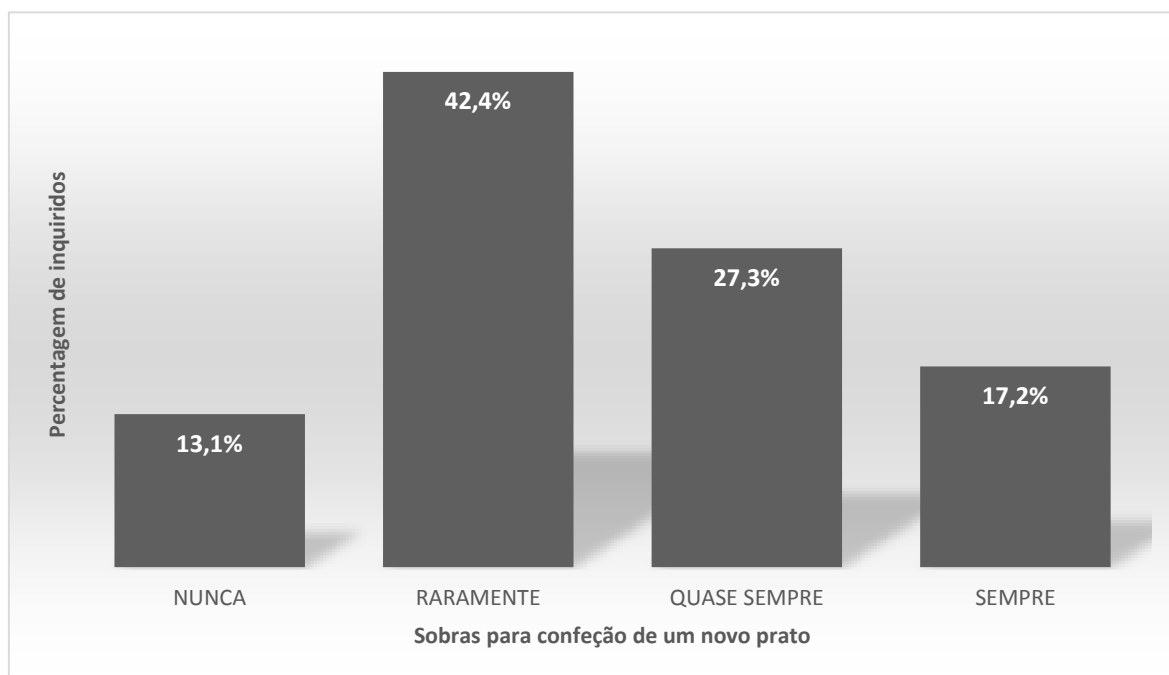


Figura 25 – Frequência de Utilização das sobras das refeições para confeção de um novo prato.

Ao questionar os funcionários da UP sobre fazer compras de géneros alimentícios com base numa previsão de consumo, 49,0% afirmaram quase sempre basear-se nesta previsão enquanto 69,4% dos inquiridos referem não ter ocorrido nesta prática alteração com a crise (Figuras 26 e 27).

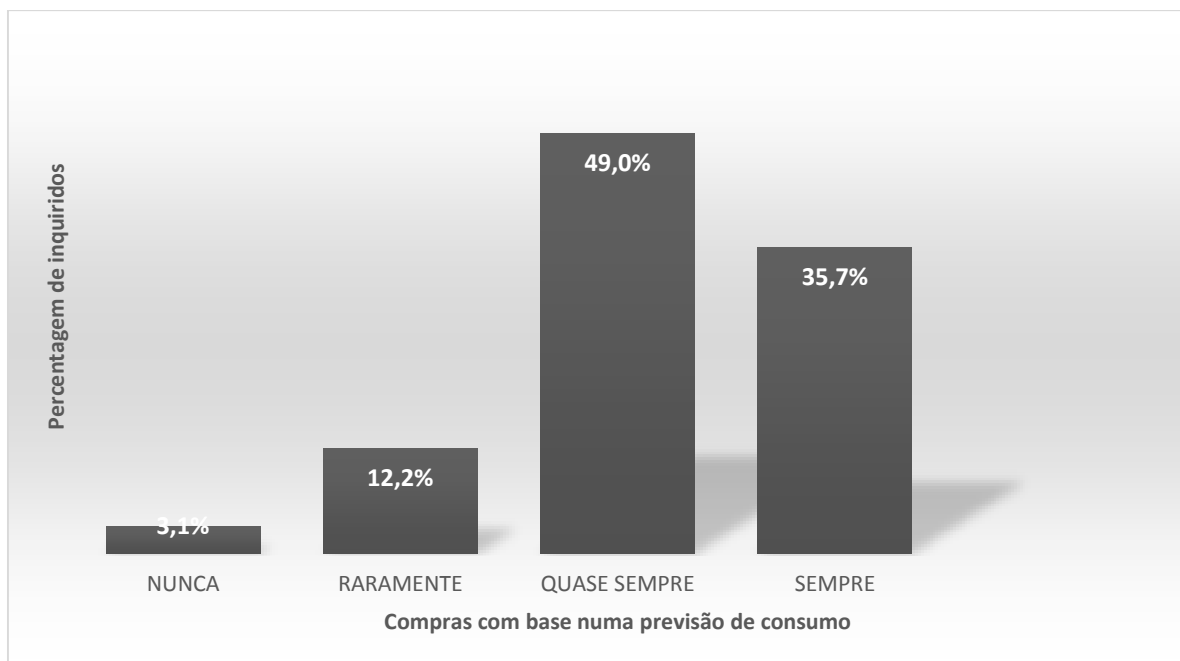


Figura 26 – Aquisição de géneros alimentícios com base numa previsão de consumo.



Figura 27 – Alteração com a crise (Aquisição de produtos, previsão de consumo).

## Discussão

A atual crise económica determinou uma forte diminuição do Produto Interno Bruto (PIB) *per capita* e um aumento da taxa de desemprego em Portugal, estes fatores negativos comprometeram os orçamentos familiares o que provocou comportamentos característicos de uma situação de recessão económica (I.N.E., 2013).

Em 2010 os agregados familiares mais desfavorecidos gastavam entre 50% a 80% do seu rendimento em despesas da alimentação, fazendo refletir na quantidade e qualidade dos alimentos consumidos durante períodos de retração (Brinkman et al., 2010). Para além dos fatores económicos, a aquisição e consumo de produtos alimentares estão dependentes de parâmetros sociais, como as habilitações académicas, religião e práticas culturais assim como das características sensoriais dos próprios alimentos (Adamowicz & Swait, 2013).

A maioria dos estudos publicados abordaram maioritariamente a crise alimentar, nomeadamente o efeito das mudanças climáticas, a sustentabilidade e o aumento do preço dos alimentos devido à escassez, custo elevado da produção de alimentos/agricultura, segurança alimentar, *marketing* alimentar, crises alimentares de subsistência locais e globais, não sendo avaliado a mudança do comportamento alimentar depois da crise de 2008.

De acordo com o estudo feito na população portuguesa por Combadão e Figueiredo, 2013, mais de 43% dos participantes indicou ter sentido efeitos desta recessão na dieta, embora os seus reflexos na alimentação se tenham feito sentir de modo desigual, sendo mais nítidos nos estratos sociais com mais baixos rendimentos. Verificou-se ainda que, para os indivíduos com menor nível de literacia, o parâmetro preço teve uma relevância muito superior à relação



preço/qualidade, quando comparado com os grupos de maior rendimento, no momento da aquisição de alimentos. Tendo em conta a importância de uma alimentação equilibrada no estado geral de saúde das populações, esta tendência para uma redução na qualidade dos alimentos consumidos é preocupante e deverá ser corrigida ou amenizada, não apenas a nível económico, mas também através da educação alimentar. (DGS, 2005)

Similarmente pode constatar-se que as questões financeiras foram igualmente o principal motivo das alterações dos hábitos alimentares e as escolhas alimentares dos trabalhadores da UP.

Nos Estados Unidos da América (EUA), de acordo com Birkelanda (2014), depois da grande recessão mais pessoas começaram a preparar suas refeições em casa. Com o aumento do desemprego as pessoas que antes faziam suas refeições em espaços de restauração passaram a despender mais tempo para realizar suas refeições em casa, dados concordantes com os encontrados nos trabalhadores na UP, onde se verificou que as pessoas passaram a despender mais tempo para preparar as refeições em casa, tendo-se verificado um aumento da frequência do uso marmita no local de trabalho (almoço e lanche) e também uma diminuição do consumo (almoço e jantar) em espaços de restauração.

Um outro estudo sobre o consumo de álcool depois da crise financeira, também realizado nos EUA por Goeij et al. (2015), verificou que o consumo de álcool aumentou após o início do processo de transição económica e social na Rússia e outros países do Leste Europeu no início de 1990, e isso coincidiu com um aumento da mortalidade e acidentes (Baker, 2011, Men et al., 2003 e Wojtyniak et al., 2005). Na mesma época, a Finlândia enfrentou uma crise económica, o que elevou a taxa de desemprego. No entanto, em contraste com a transição na Europa Oriental, a

crise na Finlândia coincidiu com a redução do consumo de álcool e mortalidade relacionados com o álcool (Herttua et al., 2007, Hintikka et al., 1999 e Valkonen et al., 2000). A redução do consumo de álcool também seguiu o abrandamento económico na Austrália no início de 1990 (Chalmers e Ritter, 2011).

Nos trabalhadores na UP, constatou-se ter havido uma diminuição no consumo de bebidas alcoólicas com a crise económica.

Face à disparidade de resultados sobre o efeito da crise no consumo de álcool são necessários mais estudos que permitam avaliar os efeitos reais. Embora seja razoável concluir a partir desta avaliação que durante uma crise podem ocorrer reduções no consumo de álcool, devido às mais apertadas restrições orçamentais, ou por outro lado, um aumento do consumo devido ao elevado sofrimento psíquico. Segundo dados do Instituto Nacional de Estatística (INE) 2012, publicados em 16 de Outubro de 2012, os portugueses comem duas vezes mais carne, óleos e gorduras do que o recomendado; têm um défice de consumo de produtos hortícolas de 79% e deviam comer o dobro da quantidade de fruta.

As leis da economia mostram que quando há menos dinheiro no bolso, a tendência é para se gastar menos, e os dados do INE comprovam-no. A despesa anual média dos portugueses com a alimentação entre março de 2010 e março de 2011 representou 13,3% do salário anual médio, uma descida de 5,4% face a 2000.

A análise do INE (2012) mostra que a dieta nacional não se faz apenas de preferências. Existem fatores como o preço que afetam diretamente as decisões.

A falta de matéria-prima na indústria transformadora de laticínios na União Europeia em 2007 e 2008, por exemplo, fez aumentar o preço da produção de leite na ordem dos 11 a 15%, o que levou ao aumento do preço dos produtos e à consequente retração no consumo de queijo e iogurtes – menos 2% e 4%, respetivamente.

Comparativamente com a amostra estudada na UP, a frequência no consumo de leite e iogurtes diminuiu em 60% dos inquiridos, enquanto 40% mudou de marca/mudou de fornecedor. No que respeito ao consumo de queijo 67% dos inquiridos afirmaram ter diminuído o consumo, enquanto 33% admitiu ter mudado de marca ou de fornecedor.

Comparando com o nosso estudo com os trabalhadores da UP, 67% referiram ter diminuído a frequência de consumo de carnes vermelhas após a crise, relativamente ao consumo de carnes brancas 50% declarou ter aumentando o consumo, enquanto os restantes 50% dos inquiridos referiu ter mudado de marca/mudado de fornecedor.

O que contrariamente aos resultados publicados pelo INE (2012), mostra que ocorreu uma diminuição no consumo de carnes vermelhas nos trabalhadores da UP.

No que diz respeito aos produtos hortícolas, 50% dos inquiridos dos trabalhadores da UP, referiram ter aumentado a frequência de consumo de hortícolas crus. Relativamente aos hortícolas cozidos, 71% referiu ter aumentado a frequência de consumo. O que contradiz com o estudo realizado pelo INE (2012) que refere um défice no consumo de produtos hortícolas.

No que concerne ao consumo de fruta na amostra dos trabalhadores da UP, 37% aumentou a frequência de consumo após a crise, enquanto 27% diminuiu a sua frequência e 36% mudou de marca/mudou de fornecedor.

Fazendo a comparação com o estudo realizado pelo INE (2012) conclui-se que na amostra de trabalhadores da UP o consumo de carnes brancas, hortícolas e frutas aumentou após a crise e o consumo de carnes vermelhas, leite, iogurtes e queijo sofreu uma queda.

Contudo é importante lembrar que a amostra dos trabalhadores da UP não é representativa devido à baixa percentagem de respostas dos inquiridos.

Segundo uma análise feita pela *Kantar Worldpanel* (2014) até outubro de 2014, 51,5% dos atos de compra dos Lares Portugueses, incluíram pelo menos um produto em promoção, no mercado FMCG. Existem 12 categorias de produtos em que 55% ou mais, dos seus compradores, fazem as compras com promoção. Destas categorias de produtos podem ser evidenciados os compradores de iogurte sendo que 86,8% destes adquiriu pelo menos um produto em promoção, até outubro 2014. Segue-se a categoria dos óleos, com 75% e em terceiro lugar as cervejas, com uma utilização das promoções de 65,3%. Valor praticamente igual ao obtido na categoria de azeite e conservas de peixe. Relativamente às bolachas e cereais de pequeno-almoço este valor foi de 63%.

Ao analisarmos os “atos de compra” com promoções incluídas, observamos que os comportamentos dos grupos-alvo de diferentes faixas etárias são idênticos entre si. Como principal diferença vemos o grupo dos “reformados” que fazem a maioria das suas compras (60%), sem incluir qualquer produto em promoção. No ponto oposto está o grupo dos “casais com filhos pequenos” onde apenas 35% dos seus atos de compra não incluem produtos em promoção, consequência natural dos seus maiores gastos neste mercado. (*Kantar Worldpanel*, 2014)

São sinais claros do elevado nível de habituação às promoções que se verifica hoje no mercado português de grande consumo. (*Kantar Worldpanel*, 2014)

No estudo com os trabalhadores da UP, verificou-se que 53% referiu não ter alterado os seus hábitos com a crise relativamente a escolha do local de aquisição de géneros alimentícios com base nos preços, enquanto os restantes 47% alteraram seu comportamento com a chegada da crise financeira. Quanto as

escolhas dos produtos alimentares com base em promoções, 53% afirmou não ter alterado seu comportamento com a crise financeira e os 47% dos inquiridos referiram ter escolhido seus produtos com base nos preços.

Comparativamente à análise realizada pela *Kantar Worldpanel* (2014) que mostra que 51,5% incluíram pelo menos um produto alimentar em promoção, enquanto nos trabalhadores da UP, 47% dos inquiridos declararam que com a chegada da crise financeira, passaram a adquirir os produtos alimentares com base nos preços. Relativamente à aquisição de produtos com base em promoções 58,2% dos inqueridos revelaram escolher sempre os produtos a adquirir com base nas promoções.

Outro estudo realizado pela consultora *Nielsen* (2014), mostra que mais de metade dos consumidores considera que a qualidade de algumas Marca de Distribuição (MDD) é superior às do fabricante. A totalidade das marcas da distribuição regista uma quota de 35,7 % em Portugal.

Apesar da “Marca Branca” em Portugal ter perdido importância no último ano, o consumidor português melhorou a sua perceção destes produtos, de acordo com as informações do mais recente Estudo Global das Marcas da Distribuição elaborado pela consultora *Nielsen*. Com uma quota de 35,7%, a MDD tem crescido progressivamente nos últimos anos, permitindo aumentar a sua participação em mais de cinco pontos desde 2008, embora em 2013 tenha perdido mais de um ponto.

Praticamente oito em cada dez portugueses veem as marcas dos distribuidores como uma boa alternativa às dos fabricantes, embora apenas 69% considere que a qualidade é igual. Por outro lado, mais de metade dos consumidores é de opinião que alguns produtos de MDD ultrapassam qualitativamente os de Marcas de Fabricante (Figura 22).

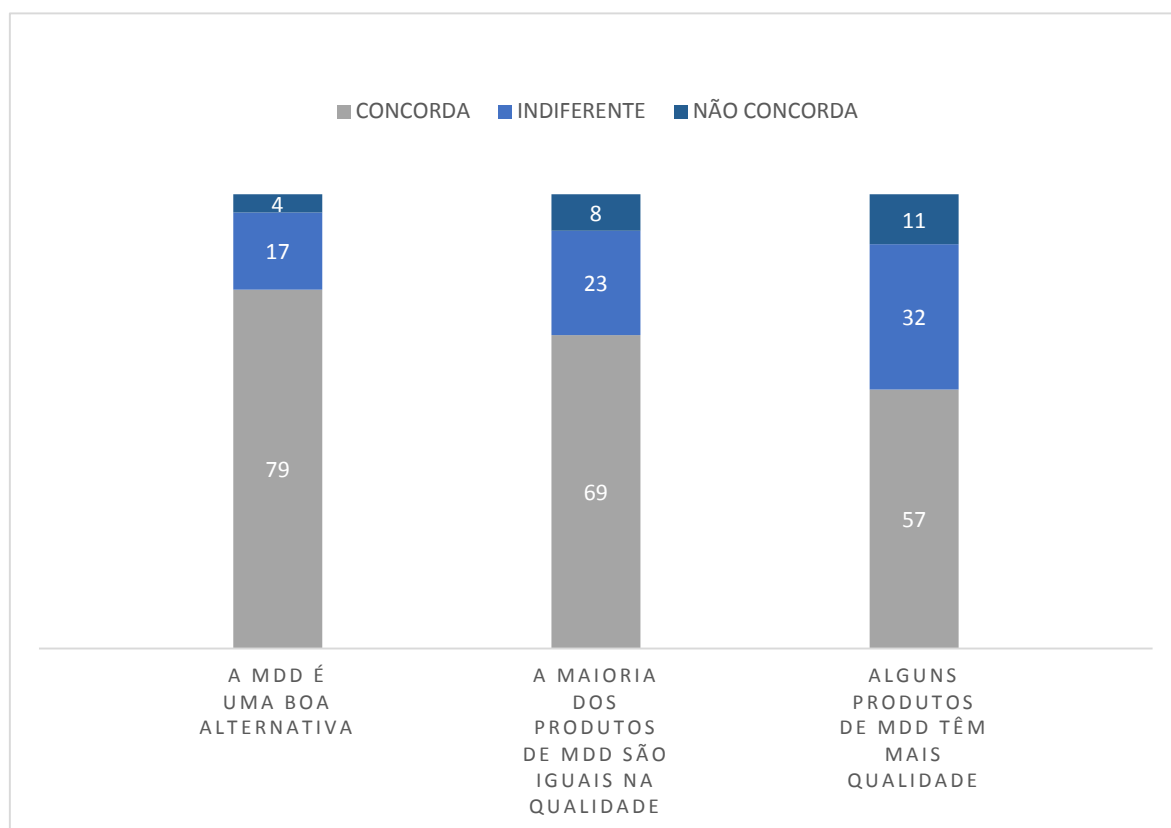


Figura 22: Percepção do consumidor sobre a marca de distribuição

Fonte: Relatório Nielsen “Estudo Global da Marca de Distribuição”

Da mesma forma, oito em cada dez portugueses consideram que a qualidade dos produtos da marca de distribuição melhorou com o tempo. Esta percepção é superior à média europeia, que atinge os 62%. Com efeito, é o país onde melhor se observa a evolução da qualidade da MDD e apenas a Irlanda, também fortemente afetada pela crise, se aproxima, com 79%. Ultrapassa igualmente outros países como a Alemanha e a Áustria onde três em cada quatro pessoas valorizam esta melhoria.

Por outro lado, o relatório da *Nielsen* conclui que, para 78% dos portugueses, as marcas da distribuição proporcionam geralmente um bom valor relativamente ao que se paga pelas mesmas, ou seja têm uma boa relação preço-qualidade. Da mesma forma, oito em cada dez pessoas consideram que são importantes para obter o melhor preço possível; uma relação de consumidor muito semelhante àqueles que são da opinião que comprar MDD é sinónimo de compra inteligente (73%). Precisamente, pouco menos de metade associa estas marcas a orçamentos apertados para os consumidores com rendimentos mais baixos. No entanto, quatro em cada dez dos inquiridos estaria disposto a pagar mais por um produto MDD se estivesse efetivamente interessado.

Contudo, nesta radiografia do consumidor é necessário acrescentar a tendência ascendente para a compra feita com promoção e, de facto, as marcas de fabricantes estão a fazer um esforço significativo nesse campo.

Segundo o diretor geral da *Nielsen*: “os fabricantes em Portugal estão a fazer promoções de forma muito intensa, o que lhes tem permitido conquistar quota de mercado face às marcas de distribuição. Cerca de 35% das vendas em Portugal são feitas com promoção” (Núñez, 2014).

O consumidor português tenta principalmente poupar quando opta por incluir no seu carrinho de compras as “marcas brancas”. Praticamente oito em cada dez pessoas fazem compras induzidas por esse fato. (*Nielsen*, 2014)

No que se refere aos trabalhadores da UP, 54% refere quase sempre adquirir preferencialmente produtos de marca branca, quando confrontados com a ocorrência de mudanças após a crise financeira 53% afirmou não ter alterado seu comportamento enquanto 47% afirmou ter começado a adquirir preferencialmente estes produtos.

Comparando os estudos, vimos que segundo a análise realizada pela *Nielsen* (2014) 80% adquirem os produtos de marca branca por serem mais baratos, enquanto na amostra composta pelos trabalhadores da UP apenas 47% dos inquiridos alteraram este comportamento com a chegada da crise, isto é passaram a adquirir mais produtos de marca branca.

No entanto, o preço não é o único elemento a ter em conta. A confiança no próprio distribuidor é outro dos aspetos muito valorizado. Segundo a *Nielsen* (2014) 65% adquire apenas produtos MDD em estabelecimentos nas quais tem confiança.

#### **Limitações:**

Relativamente aos inquéritos disponibilizados, o número de respostas válidas foi muito baixo, tendo-se obtido uma taxa de 6,51%. Nem sempre foi possível avaliar o tipo de alteração com a crise, devido ao número reduzido de respostas válidas.



## **Conclusão**

Como principal conclusão deste trabalho destacam-se as mudanças nos comportamentos alimentares, nomeadamente uma diminuição no consumo de carnes vermelhas, redução no consumo de refrigerantes, diminuição no consumo de alimentos açucarados e salgados (*snacks*) o que pode indicar uma mudança de qualidade da alimentação desta amostra da população como resultado da crise.

Também foram verificadas alterações nos locais de aquisição e consumo de alimentos / refeições, confirmando uma diminuição das idas aos cafés e restaurantes e uma aumento do uso da marmita no local de trabalho.

As maiores causas destas alterações referidas, foram as questões financeiras, alterações do local do consumo de refeições, nas marcas dos produtos alimentares e no tipo de alimentos/bebidas selecionadas.

## Referências Bibliográficas

Adamowicz, L., Swait, D. (2013). “Are food choices really habitual? Integrating habits, variety-seeking, and compensatory choice in a utility-maximizing framework”, *American Journal of Agricultural Economics*, 95, pp. 17-41.

Bespoke investment group. (2010). Country default risk plummets. Retrieved from <http://seekingalpha.com/article/>.

Birkelanda, K. (2014). Eating in: employment and home production during the Great Recession. *Applied Economics Letters*, 771-775. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.1080/13504851.2014.889795>

Brinkman, H., Pee S., Sanogo, I., Subran, L., Bloem, W. (2010), “High food prices and the global financial crisis have reduced access to nutritious food and worsened nutritional status and health”, *Journal of Nutrition*, 140, pp. 153S-161S.

Bresser-Pereira, L. (2010). A crise financeira global e depois: um novo capitalismo? n.86, 51-72. ISSN 0101-3300. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.1590/S0101-33002010000100003>.

Carvalho, R. (2011, dezembro 3). Transformações e ônus social do capitalismo: Breve olhar sobre as crises económicas. *Revista eletrónica arma da crítica* ano 3: Número 3, ISSN 1984-4734. Retrieved from <http://www.armadacritica.ufc.br/phocadownload/7-%20transformacoes%20e%20onus%20social%20do%20capitalismo%20breve%20olhar.pdf>.

Catarino, D. (2014, maio 4). Passos Coelho: Portugal sai da troika sem programa cautelar. *TVI 24*. Retrieved access 20 novembro 2014, from <http://www.tvi24.iol.pt/economia/videos/passos-coelho-portugal-sai-da-troika-sem-programa-cautelar>.

Coelho, A. (2012, agosto 05). Crise obriga portugueses a recorrer a produtos básicos e mais baratos. Retrieved access 5 dezembro 2014, from <http://www.publico.pt/destaque/jornal/crise-obriga-portugueses-a-recorrer-a-produtos-basicos-e-mais-baratos-25019253>

Comissão Europeia. (2014). Assuntos económicos e financeiros. Retrieved 27 novembro 2014, from [http://ec.europa.eu/economy\\_finance/explained/the\\_financial\\_and\\_economic\\_crisis/why\\_did\\_the\\_crisis\\_happen/index\\_pt.htm](http://ec.europa.eu/economy_finance/explained/the_financial_and_economic_crisis/why_did_the_crisis_happen/index_pt.htm)

Comissão Europeia. (2014). Assuntos económicos e financeiros. Retrieved 28 novembro 2014, from [http://ec.europa.eu/economy\\_finance/explained/the\\_financial\\_and\\_economic\\_crisis/why\\_did\\_the\\_crisis\\_happen/index\\_pt.htm](http://ec.europa.eu/economy_finance/explained/the_financial_and_economic_crisis/why_did_the_crisis_happen/index_pt.htm)

Couto, M., Combadão, J., Figueiredo., P. (2014). Escolhas alimentares em tempo de recessão: Estudo de uma população urbana portuguesa. Retrieved from [http://www.researchgate.net/profile/Paulo\\_Figueiredo5/publication/256847959\\_ESCOLHAS\\_ALIMENTARES\\_EM\\_TEMPO\\_DE\\_RECESSO\\_ESTUDO\\_DE\\_UMA\\_POPULAO\\_URBANA\\_PORTUGUESA/links/0deec52401c9c87128000000.pdf](http://www.researchgate.net/profile/Paulo_Figueiredo5/publication/256847959_ESCOLHAS_ALIMENTARES_EM_TEMPO_DE_RECESSO_ESTUDO_DE_UMA_POPULAO_URBANA_PORTUGUESA/links/0deec52401c9c87128000000.pdf).

Crisóstomo, P., (2015, janeiro 1). Portugal voltou aos níveis de pobreza de há dez anos. Retrieved access 24 novembro 2014, from <http://www.publico.pt/sociedade/noticia/portugal-voltou-aos-niveis-de-pobreza-de-ha-dez-anos-1684583>

Eurostat. (2014). Eurostat confirma subida do desemprego em Portugal. Retrieved 31 Novembro 2010, from <http://www.noticiasaoiminuto.com/economia/313264/eurostat-confirma-subida-do-desemprego-em-portugal>

Ferreira, F., Cruz, J., Aguiar, L., Martins, I., Mano, M., Dantas, M. (1980). Revista do centro de estudos de nutrição. Instituto nacional de saúde Dr. Ricardo Jorge. V(10), n 2-3, abril-setembro 86.

Filipe Luís. (2014). Crónica de um resgate anunciado. 1ª Edição. Lisboa. Clube do autor.

Goeij MC, Suhrcke M, Toffolutti V, van de Mheen D, Schoenmakers TM, Kunst AE. (2015). How economic crises affect alcohol consumption and alcohol-related health problems: A realist systematic review. *Social Science & Medicine*, 131, 131-146. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25771482>.

Hobsbawm, E. (2009) Além de injusto, o mercado absoluto é inviável. In: Carta Maior. Tradução Katarina Peixoto.

Instituto Nacional de Estatística, (2010, novembro 30). Dieta portuguesa afasta-se das boas práticas nutricionais. Retrieved access 30 novembro 2014, from [http://www.ine.pt/ngt\\_server/attachfileu.jsp?look\\_parentBoui=103131837&att\\_display=n&att\\_download=y](http://www.ine.pt/ngt_server/attachfileu.jsp?look_parentBoui=103131837&att_display=n&att_download=y).

I.N.E., Instituto Nacional de Estatística, 2013, “Agregados Macroeconómicos”, from in [http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_contas\\_nacionais&perfil=97154738&I NST=116633478&contexto=am](http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_contas_nacionais&perfil=97154738&I NST=116633478&contexto=am).

Instituto Nacional de Estatística, (2015, janeiro 30). O risco de pobreza continuou a aumentar em 2013. Retrieved access 30 novembro 2014, from [http://www.ine.pt/ngt\\_server/attachfileu.jsp?look\\_parentBoui=225484657&att\\_display=n&att\\_download=y](http://www.ine.pt/ngt_server/attachfileu.jsp?look_parentBoui=225484657&att_display=n&att_download=y).

*Kantar Worldpanel*, (2014, novembro 11). A Maioria das Cestas de Compra tem Promoções. Retrieved access 1 dezembro 2014, from

<http://www.kantarworldpanel.com/pt/news/A-Maioria-das-Cestas-de-Compra-tem-Promoes>.

*Kantar Worldpanel*, (2014, novembro 11). Canal Tradicional perde acima de -15% nos Frescos. Retrieved access 1 dezembro 2014, from <http://www.kantarworldpanel.com/pt/news/Canal-Tradicional-perde-acima-de--15-nos-Frescos>.

*Kantar Worldpanel*, (2014, novembro 11). Longe das Lojas...Longe das Vendas. Retrieved access 1 dezembro 2014, from <http://www.kantarworldpanel.com/pt/news/Longe-das-LojasLonge-das-Vendas>.

Lusa, (2013, julho 23). Portugueses dos mais preocupados e pessimistas com desemprego. Retrieved access 27 novembro 2014, from <http://www.publico.pt/economia/noticia/portugueses-dos-mais-preocupados-e-pessimistas-com-desemprego-1601052>.

Lusa, (2013, outubro 18). Eurobarómetro – Portugueses elegem desemprego como prioridade no combate à crise. Retrieved access 27 novembro 2014, from <http://www.publico.pt/portugal/noticia/portugueses-elegem-desemprego-como-prioridade-no-combate-a-crise-1609569>.

Madeira, J. (2014, maio 17). Três anos da troika chegam ao fim. *Jornal Sol*. Retrieved access 20 Novembro 2014, from <http://www.sol.pt/noticia/105847>.

Martins, S. (2010). Análise do comportamento alimentar de uma população escolar do concelho de Sintra. Dissertação de mestrado, Faculdade de Ciências e Tecnologia, Universidade Nova de Lisboa, Portugal.

Ministério da Saúde (2005). Direcção-Geral de Saúde. Princípios para uma alimentação saudável. Lisboa: DGS.

Minsky, H. (1982). The Financial Instability Hypothesis: An Interpretation of Keynes and an Alternative to “Standard” Theory. In: Can “it” happen again? Essays on instability and finance. Armonk, New York: M.E. Sharpe, 1982a, p. 59-70.

Mota, J., Lopes, L., Antunes, M. (2010). A economia global e a crise da dívida soberana na União Europeia: a situação de Portugal e Espanha. v. 38, n. 2, p. 83-98, Retrieved from <http://revistas.fee.tche.br/index.php/indicadores/article/download/2453/2843>.

Nielsen, (2015, janeiro 28). Canal A confiança dos consumidores portugueses sobe pelo segundo trimestre consecutivo. Retrieved access 10 dezembro 2014, from <http://www.kantarworldpanel.com/pt/news/Canal-Tradiconal-perde-acima-de--15-nos-Frescos>.

Nielsen, (2015, janeiro 28). Oito em cada dez portugueses veem a marca de distribuição como uma boa alternativa à do fabricante. Retrieved access 15 dezembro 2014, from <http://www.nielsen.com/pt/pt/insights/news/2014/oito-em-cada-dez-portugueses-veem-a-marca-de-distribuicao-como-uma-bou-alternativa-a-do-fabricante.html>

Nunan, C., Peixoto, J. (2012). Crise económica e retorno dos imigrantes brasileiros em Portugal. Rev. Inter. Mob. Hum., Brasília, Ano XX, Nº 38, p. 233-250, ISSN 1980-8585. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.1590/S1980-85852012000100014>.

Pereira, L., Pereira, J. (2013). Entendendo a crise económica mundial; vol. 3, num. 6, 52-64. Retrieved from <http://www.periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/bauman/article/download/1959/118>.

Reis, J., Rodrigues, J., Santos, A., Teles, N. (2013). A anatomia da crise: Identificar os problemas para construir as alternativas; capítulo 1: Compreender a Crise: A

economia portuguesa num quadro europeu desfavorável. Retrieved from [www.ces.uc.pt/ficheiros2/files/Relatorio Anatomia Crise final .pdf](http://www.ces.uc.pt/ficheiros2/files/Relatorio_Anatomia_Crise_final_.pdf)

Silva, A. (2014, dezembro 15). Mais de metade dos carrinhos de compras levam produtos em promoção. Retrieved access 12 dezembro 2014, from <http://www.publico.pt/economia/noticia/mais-de-metade-dos-carrinhos-de-compras-levam-produtos-em-promocao-1679372>.

Truninger, M., Teixeira, J., Horta, A., Alexandre, S., Silva, V. (2013). Estado social e alimentação escolar: criatividade na austeridade. Forum Sociológico, 23, 11-19. Retrieved from <http://sociologico.revues.org/723>.

Versignassi, A. (2009, abril). A crise vai acabar. E voltar. In: Revista Superinteressante, pp. 25-26.

## **Anexos**



## Anexo A

## INFLUÊNCIA DA CRISE ECONÓMICA NAS ESCOLHAS ALIMENTARES NOS TRABALHADORES NA UNIVERSIDADE DO PORTO

Tendo em conta a recente crise económica, no âmbito de uma dissertação do Mestrado em Alimentação Coletiva da FCNAUP, pretende-se perceber se esta provocou alterações ao nível dos locais de aquisição e consumo de alimentos, bem como as causas desta possíveis alterações, tentando reconhecer o impacto das mesmas na qualidade da alimentação dos trabalhadores da Universidade do Porto.

Para isso pedimos a sua colaboração, respondendo a este rápido questionário, composto por 22 questões, com um tempo médio que demora cerca de 8 minutos.

O questionário é anónimo e os dados recolhidos serão tratados de forma confidencial.

Desde já agradecemos o tempo despendido.

Existem 22 perguntas neste inquérito.

### QUESTÕES SOCIODEMOGRÁFICAS

#### **[ ] Idade**

Neste campo só é possível introduzir números.

Por favor, escreva aqui a sua resposta:

(em anos)

#### **[ ] Sexo**

Por favor, selecione **apenas uma** das seguintes opções:

- ☐ Feminino
- ☐ Masculino

#### **[ ] Estado Civil**

Por favor, selecione **apenas uma** das seguintes opções:

- ☐ Solteiro(a)
- ☐ Casado(a)/União de facto
- ☐ Separado(a)/Divorciado(a)
- ☐ Viúvo(a)

**[ ]Habilitações Académicas:**

Por favor, selecione apenas uma das seguintes opções:

- ☐ ≤ 1.º Ciclo do Ensino Básico
- ☐ 2.º Ciclo do Ensino Básico
- ☐ 3.º Ciclo do Ensino Básico
- ☐ Ensino Secundário
- ☐ Bacharelato
- ☐ Licenciatura
- ☐ Mestrado
- ☐ Doutoramento
- ☐ Estudos Pós-Doutoramento

**[ ]Área de Formação:**

Por favor, escreva aqui a sua resposta:

**[ ]Há quanto tempo trabalha na universidade:**

Neste campo só é possível introduzir números.

Por favor, escreva aqui a sua resposta:

anos

**[ ] Em que estabelecimento/unidade orgânica trabalha a maior parte do tempo:**

Por favor, selecione apenas uma das seguintes opções:

- ☐ FAUP
- ☐ FBAUP
- ☐ FCUP
- ☐ FCNAUP
- ☐ FADEUP
- ☐ FDUP
- ☐ FEP
- ☐ FEUP
- ☐ FFUP
- ☐ FLUP
- ☐ FMUP
- ☐ FMDUP
- ☐ FPCEUP
- ☐ ICBAS
- ☐ REIT
- ☐ SASUP
- ☐ CDUP
- ☐ CRSCUP

**[ ] Função desempenhada:**

Por favor, selecione apenas uma das seguintes opções:

- ☐ Docente
- ☐ Não Docente
- ☐ Ambos

**[ ]Qual o rendimento mesal bruto:**

Por favor, seleccione apenas uma das seguintes opções:

- ☐  $\leq$  485 Euros
- ☐ 486 – 600 Euros
- ☐ 601 – 800 Euros
- ☐ 801 – 1000 Euros
- ☐ 1001 – 1500 Euros
- ☐ 1501 – 2000 Euros
- ☐  $\geq$  2001 Euros

**[ ]Refira o número de elementos do agregado familiar.**

Neste campo só é possível introduzir números.

Por favor, escreva aqui a sua resposta:

**[ ]Indique o valor em euros despendido mensalmente em alimentação do agregado familiar.**

Neste campo só é possível introduzir números.

Por favor, escreva aqui a sua resposta:

incluir aquisição de alimentos e de refeições, dentro e fora de casa.

---

**[ ] Relativamente à crise atual em que o país se encontra, sentiu necessidade em alterar os seu hábitos alimentares?**

Por favor, selecione apenas uma das seguintes opções:

- ☐ Sim
- ☐ Não

**[ ] Se Sim, em que medida?**

Responda a esta pergunta apenas se as seguintes condições são verdadeiras:

A resposta for 'Sim' na pergunta '15 [p12]' (Relativamente à crise atual em que o país se encontra, sentiu necessidade em alterar os seu hábitos alimentares? )

Por favor, selecione todas as que se aplicam:

- ☐ No tipo de alimentos/bebidas selecionadas
- ☐ No local de compras
- ☐ Nas marcas dos produtos alimentares
- ☐ Na quantidade consumida
- ☐ Na alteração do local do consumo de refeições
- ☐ Na alteração no número de refeições
- ☐ Outros

Pode indicar mais do que uma opção.

**[ ] Se Outros, Quais?**

Responda a esta pergunta apenas se as seguintes condições são verdadeiras:

A resposta for na pergunta '16 [p12a]' ( Se Sim, em que medida?)

Por favor, escreva aqui a sua resposta:

## Consumo e Locais de Aquisição de Gêneros Alimentícios/Refeições

Deverá ter em consideração que se não tiver alterado o consumo referente ao alimento/bebida em causa, deve **deixar em branco** e passar para o campo "ALTERAÇÃO COM A CRISE".

Em caso de alteração anote na coluna "Alteração com a crise" de acordo com os motivos indicados:

A - Aumentou a frequência de consumo.

D - Diminuiu a frequência de consumo.

M - Mudou de marca/mudou de fornecedor.

Q - Aumentou/diminuiu a quantidade consumida.

Se o motivo for OUTRO, especificar.

Caso NÃO CONSUMA:

N - Nunca Consumo.

[ ] Relativamente aos Hábitos de Consumo, indique o número de vezes, de acordo com a opção mais adequada no seu caso:

	MENSAL - Indicar o número de vezes	SEMANAL - Indicar o número de vezes	DIÁRIA - Indicar o número de vezes	Alteração com a CRISE	OUTROS
Tomo o pequeno-almoço na pastelaria / café					
Almoço em restaurantes					
Janto em restaurantes					
Almoço na cantina no local de trabalho					
Levo almoço para o local de trabalho (marmitta)					
Lancho na pastelaria / café					
Levo lanche de casa para o local de trabalho					
Quando almoço/ janto fora de casa consumo bebidas adquiridas no estabelecimento					
Quando almoço/ janto fora de casa consumo sobremesa					
Quando almoço/ janto fora de casa opto por menu do dia					
Quando almoço/ janto fora de casa consumo mini pratos ou partilho a dose com outra pessoa					
Substituo uma refeição completa por sopa					

[ ] Em relação à ingestão de alimentos indique o número de vezes que ingere o alimento, de acordo com a frequência que é mais adequada ao seu caso:

	MENSAL Indicar o nº de vezes	SEMANAL Indicar o nº de vezes	DIÁRIA Indicar o nº de vezes	Alteração com a CRISE	NUNCA CONSUMO	OUTRO
Leite (gordo, meio-gordo e magro), iogurte						
Queijo, queijo fresco, requeijão						
Pão, brioche						
Batata, arroz, massa						
Bolacha Maria, água e sal						
Cereais de pequeno-almoço						
Carnes vermelhas (porco, vaca, vitela...)						
Carnes brancas (frango, peru, coelho...)						
Pescado (peixe, moluscos e crustáceos ...)						
Ovos						
Leguminosas Secas (grão, feijão, lentilha...) e frescas (ervilhas, favas...)						
Hortícolas crus (alfafa, tomate, cebola...)						
Hortícolas cozinhadas (perce, nabos, lombardo...)						
Sopa de hortícolas						
Fruta fresca						

[ ] Indique o número de vezes que ingere as seguintes bebidas, de acordo com a opção mais adequada no seu caso:

	MENSAL Indicar o nº de vezes	SEMANAL Indicar o nº de vezes	DIÁRIA Indicar o nº de vezes	Alteração com a CRISE	NUNCA CONSUMO	OUTRO
Água						
Suco natural						
Refrigerante						
Café, descafeinado, chá						
Cerveja						
Cerveja, vinho, bebidas brancas						

Na SELEÇÃO DA RESPOSTA, o inquirido deve escolher a frequência que mais se adequa à resposta (Mensal, Semanal, Diária).

#### ALTERAÇÃO COM A CRISE:

A - Aumentou a frequência de consumo.

D - Diminuiu a frequência de consumo.

M - Mudou de marca/mudou de fornecedor.

Q - Aumentou/diminuiu a quantidade consumida.

Se o motivo for OUTRO, especificar.

#### Caso NÃO CONSUMA:

N - Nunca consumo.



**[ ] Indique o número de vezes que ingere os alimentos incluídos na tabela seguinte, de acordo com a opção mais adequada no seu caso:**

	MENSAL Indicar o nº de vezes	SEMANAL Indicar o nº de vezes	DIÁRIA Indicar o nº de vezes	Alteração com a CRISE	NUNCA CONSUMO	OUTRO
Produtos açucarados (bolos, chocolates, compotas...)	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Produtos salgados (rissóis, croquetes, pastéis de bacalhau...)	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

**ALTERAÇÃO COM A CRISE:**

A - Aumentou a frequência de consumo.

D - Diminuiu a frequência de consumo.

M - Mudou de marca/mudou de fornecedor.

Q - Aumentou/diminuiu a quantidade consumida.

Se o motivo for OUTRO, especificar.

Caso NÃO CONSUMA:

N - Nunca consumo.

**[ ] No que diz respeito aos hábitos de aquisição de géneros alimentícios, assinale com um "X" o seguinte quadro:**

	Nunca	Raramente	Quase Sempre	Sempre	Alterou com a CRISE SIM/NÃO
Utilizo géneros alimentícios de produção familiar	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Uso sempre uma lista de compras	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Compro mais do que consta na lista de compras	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Escolho local para a realização das compras com base nos preços	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Escolho os produtos a adquirir com base nas promoções	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Adquiro preferencialmente produtos de marca branca	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Inutilizo as sobras das refeições	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Reaprovelto as sobras das refeições para consumo noutra refeição	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Utilizo as sobras das refeições na confecção de um novo prato	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Faço compras de géneros alimentícios com base numa previsão de consumo	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Assinale com um "X".

Alterou com a CRISE, assinale: SIM/NÃO